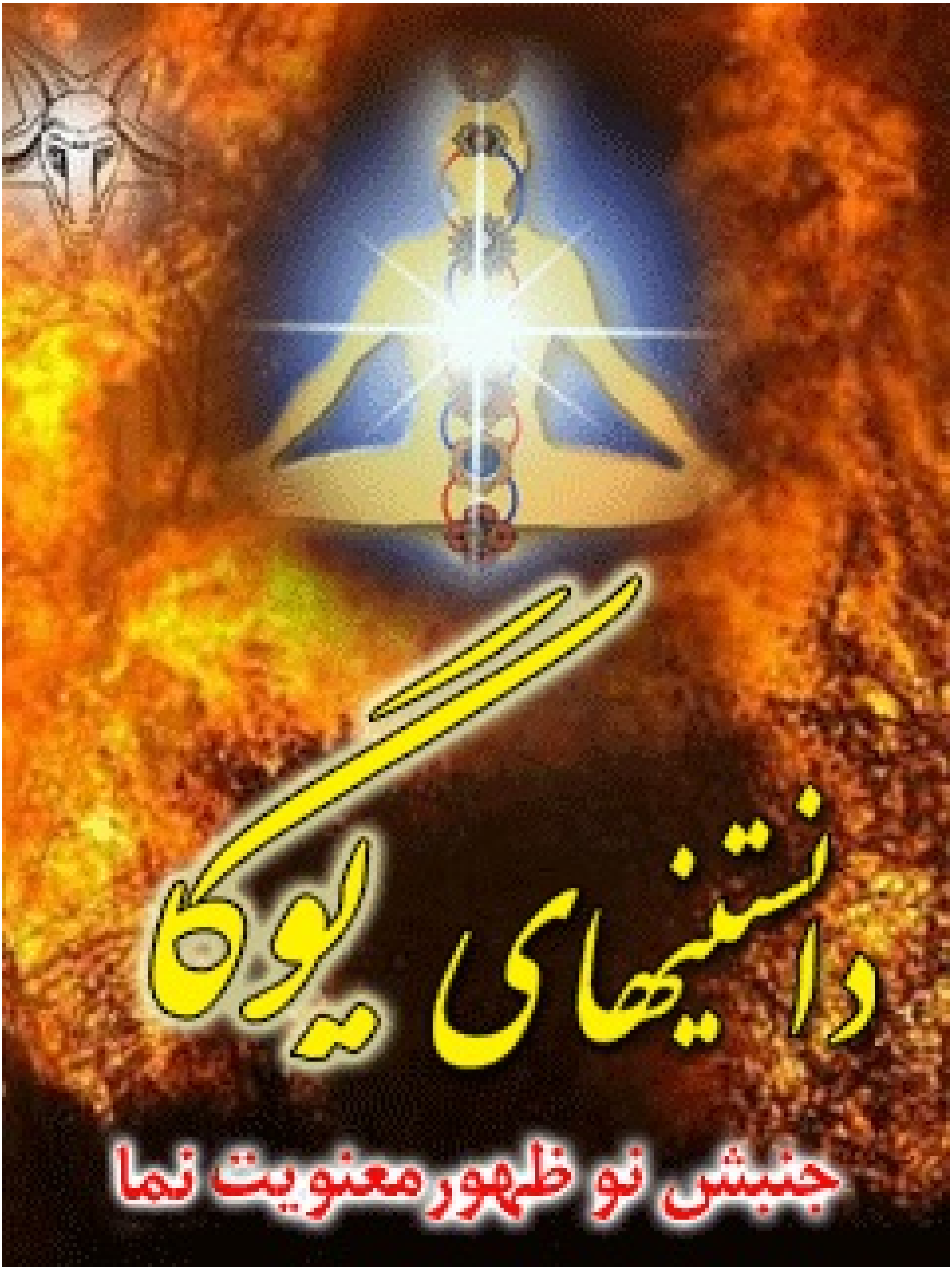

دانستنیهای یوگا
جنبش نو ظهور معنویت نما

بسم الله الرحمن الرحیم

دانستنیهای یوگا (جنبش نوظهور معنویت نما)

نویسنده:

واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر چاپی:

مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان

ناشر دیجیتالی:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

دانستنیهای یوگا (جنبش نوظهور معنویت نما)

مشخصات کتاب

سرشناسه:مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان،۱۳۹۱
عنوان و نام پدیدآور:دانستنیهای یوگا (جنبش نوظهور معنویت نما)/ واحد تحقیقات مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان
گرداوری مطالب از کلیه سایت های مربوطه جمع آوری و ویرایش شده است.
مشخصات نشر دیجیتالی: اصفهان: مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری: نرم‌افزار تلفن همراه و رایانه
موضوع: فرقه‌ها – جنبش‌های نوظهور

یوگا

تاریخچه

پیدایش یوگا یکی از مسائل پیچیده هند شناسی است.

به نظر برخی، یوگا قدمتی بیش از ۵۰۰۰ سال دارد. چند سال پیش خاورشناسان معتقد بودند یوگا وارث معنویت برهمنی و بازآورده سنت کهن آن است و اصولاً منشأ یوگا را می‌توان در سرودهای ریگ ودا در مفهوم کلمه تاپاس یعنی ریاضت یافت. [۱] تاپاس، حرارت ناشی از قدرت تمرکز نفسانی و ذهنی است و در بسیاری از متون کهن هند و مرتاضین و زهاد به واسطه همین نیرو بر سایر افراد و خدایان چیره می‌گشتند. در آیین نیایش برهمنی، موبَد باید به مناجات اشتغال بورزد و حرارت ریاضت را به منتها درجه شور و اشتیاق بر انگیزد. یکی از فنونی که در ایجاد چنین حالاتی موثر می‌افتاده، حبس دم و تنظیم تنفس بوده است.

یکی از شرایط ضروری این آیین، نوشیدن شربت جاویدانی برای ایجاد حرارت و نیروی معنوی بود که به موجب آن، مرتاض از شرایط زندگی دنیوی خارج می‌شد و دیده به عالم معنا می‌گشود. این تجرد و جدایی از عالم مادی بوسیله حبس دم و قربانی باطنی میسر بوده است.

به تدریج مفهوم قربانی ظاهری و باطنی مترادف گردیدند و سر انجام قربانی ودایی و فنون ریاضت با یکدیگر مطابق گشتند و در مراسم قربانی، موبد هم شربت جاودانی را نثار خدایان می‌کرد و هم نفس خویش را همچون قربانی به بارگاه خدایان عرضه می‌داشت. [۲] هنگام هجوم اقوام هند و اروپایی و انقراض تمدن‌های شهرنشین دره سند، پاره‌ای از آداب و رسوم ریاضت که احتمال می‌رود وجه مشابهی با یوگا داشته باشد در قشرهای پایین اجتماع رسوخ یافت [۳] و یوگا یکی از ارکان اساسی معنویت هند و یکی از صفات شاخص آن گردید. [۴] هنوز به خوبی روشن نشده است که فنون و آداب یوگا اولین بار به وسیله چه کسانی به کار برده شده، تاریخ پیدایش یوگا را کهن‌تر از زمان تدوین کتاب «یوگا سوترا» می‌دانند تا آنجا که در اساطیر و افسانه‌ها این تعلیمات را به خدایان هندی نسبت می‌دهند، اما اتفاق رأی محققین بر اینست که نخستین اثر حاوی مبانی مکتب یوگا، رساله «یوگاسوترا» (Yoga Sutra) نوشته پاتانجلی حکیم و فیلسوف هندی است.

وی مبانی آیین یوگا را در این رساله تدوین کرده است.

او مؤسس و بانی یوگا نیست بلکه فقط نظام دهنده و انتشار دهنده یک سلسله فنون مربوط به تجزیه و تحلیل احوال نفسانی و ذهنی و طریق فرو نشاندن و تسلط بر آنها است.

پاتـانجلی انبوه تعلیمـات و نظرات گونـاگون را که از دیرباز در میان یوگیان هنـد رایـج بوده گرد آورده و پس از گزینش، به رشـته تحریر در آورد و بـه همین جهت وی اذعـان دارد که به هیـچ وجه مؤسـس مکتب یوگـا نبـوده است؛ [۵] درباره تاریـخ نگارش این کتاب اختلاف است.

یاکبی و کیث نگارش آن را سـده سوم تا پنجم میلادی دانسـته‌اند و داسـکوپتا سه فصل اول کتاب را متعلق به سده دوم قبل از میلاد می‌داند که فرضیه‌ای بیش نیست. [۶] پاتانجلی مطالب یوگاسوترا را به چهار بخش تقسیم نموده در بخش اول، ماهیت، انواع، هدف و اشکال یوگا و تربیت درونی و روش‌های رسیدن به یوگا را مطرح می‌کند.

در بخش دوم می‌پردازد به کریایوگا که وسـیله‌ای برای رسیدن به سامادهیست و لذا به بیان پریشانی‌های ذهنی، پی آمدهای اعمال، ماهیت رنـج، پدیـد آمدن و چگونه پایان یافتن آن می‌پردازد. در بخش سوم به جنبه‌های درونی چون نیروها و قوه‌های فراطبیعی که از راه یوگـا به دست می‌آیـد پرداخته است و در بخش چهارم واقعیت نفس و راه رهایی و آزادی و غیره بیان می‌شود. [۷] ابوریحان بیرونی نیز کتـابی نوشـته بـا نـام «پتنجـل الهنـدی فی الاخلاـص مـن الامثـال» کـه بـه نظر داسـکوپتا این کتـاب ترجمه متن دیگری از پاتانجـالی غیر از یوگاسوترا است؛ [۸] کتـاب مهم دیگر این مکتب یوگابهـاش یـا یا ویاسابهاش یا اثر ویاساست که شـرحی کوتاه و مفید بر یوگاسوترا می‌باشد.

واچاس پاتی نیز شرحی بر کتاب ویاسا نوشت به نام تات وا وای شارادی که از آثار مرجع در فلسفه یوگا شمرده می‌شود. [۹]

****

[۱]. همان، ج ۲، ص ۶۳۱.

[۲]. همان، ص ۶۳۴.

[۳]. همان، ص ۶۳۳.

[۴]. همان، ص ۶۳۲.

[۵]. چـاترجی و داتـا، همـان، ص ۵۴۵؛ پانـدیت شامبهونـاد، راهنمـای کامـل و عملی یوگـا، ترجمه: بهناز منجیی آزاد، نشـر آزمون، تهران، ۱۳۸۳، ص ۶۳۱.

[۶] داریوش شایگان، همان، ج ۲، ص ۶۴۸ و ۶۴۹ و چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵.

[۷] همان، ص ۵۴۶.

[۸] داریوش شایگان، همان، ص ۶۴۹.

[۹] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵.

بخش مقالات

یوگا: ورزش یاعرفان؟

پرسش:

آیا یوگا ورزش است یا یک مکتب عرفانی؟ ابتدا باید یادآور شویم که ما در نقد و اشـکالات یوگا به عنوان عرفان مطالبی درهمین بخش آورده‌ایم. یعنی هر چنـد که امروزه یوگا در کشور ما به عنوان ورزش مطرح شـده است؛ اما در کشور هند که مهد یوگاسـت برداشت یوگی‌هـا طور دیگری است؛ و مـا همان برداشت هنـدی از یوگاراکه به عنوان عرفان آن را مطرح می‌کننـد؛ قبول نـداریم و مورد نقدهای اساسی و مبنایی است.

اما به هر حال ما نظر بزرگان یوگا را برای شما نقل می‌کنیم:

استادان برجسته یوگا، در توضیح یوگا می‌گویند:

«برای رسیدن به تعالی، می‌بایست جسم و روح انسان یکی شود. در صورت یکی شدن جسم و روح است که شخص به کمالات انسانی، تهذیب اخلاق و سلامت جسم و ذهن نایل می‌شود ... در یوگا ادعا می‌شود که انسان از طریق یوگا به خودآگاهی رسیده، به خویشتن خویش پی می‌برد و به شناخت و دیدن حقیقت توانمند می‌شود.» مروجین اصلی یوگا این مکتب رانه فقط یک ورزش، بلکه معبری برای وصول به حقیقت می‌دانند:

«مفهوم یوگابسیارعمیق‌تر از آن است که بین عوام شایع می‌باشد:

عده‌ای آن را ورزش می‌دانند و گروهی فکر می‌کنند که با یوگا می‌توانند به زیبایی و تناسب اندام برسند؛ ولی هدف یوگا از موارد مذکور متعالی‌تر است.

شخص، ضمن خودشناسی به سلامت جسم و ذهن نایل گشته، نهایتاً به آرامش درون دست می‌یابد.» یوگا در بالاترین سطح، به ادعای آگاهی وحدانی عارف اشاره دارد که در آن، فرد از من (نفس) خارج می‌شود و سرشت روحانی او شکوفا می‌گردد. فرایند یوگا را هشت مرحله شمرده‌اند:

«یاما (اعمال و رفتاری که عموم باید انجام دهند)؛

نیاما (اعمال و روش‌های شخصی)؛

آسانا (حرکات)؛

پرانایاما (کنترل تنفس)؛

پراتی‌ها را (اعمال فکری و کنترل احساسات)؛

دهارانا (تمرکز)؛

دیانا (مدیتیشن) و سامادهی (خودشناسی و حقیقت).

در یوگا، انجام دادن سه مورد اول، مورد اهتمام همگانی است و با هدف سلامت جسمی و تفکر آگاهی ساز، بدان‌ها عمل می‌شود.

در مرحله اول (یاما)، دسته ای از دستورات عمومی و همگانی ازجمله صداقت، پرهیز از دزدی، محدودیت در عمل جنسی، دوری از مال و ثروت و هواهای نفسانی توصیه می‌شود.

در قدم دوم (نیاما)، مجموعه‌ای از قوانین و رفتارهای شخصی که شامل روش‌های معین فیزیکی و روانی می‌باشد؛ تعقیب می‌شود؛ مانند قناعت، ریاضت، خودآگاهی و اعتقادبه خدا.

مرحله سوم (آسانا)، شامل نگهداری بدن در حالات ویژه به منظور رشد و پیشرفت بدن و آرامش فکرست که پاکیزگی در مجرای کانال‌ها و رسیدن به نیروی حیاتی به جسم و ذهن، به عنوان هدف در این مرحله مورد نظرست.

شرح روش‌های یوگا را می‌توان در کتاب‌های متعدد هندو از قبیل وداها، اوپانیشادها، بهگودگیتا و تانتراها ملاحظه نمود.

سه مرحله آخر در یوگا، یوگای درونی نام دارد و پنج مرحله اول، یوگای بیرونی نام گرفته است.

تمامی هشت مرحله در یوگا، به «آشتانگایوگا» معروف است.

روش هشت خوان پتنجلی قرن‌ها برای تعلیم و تدریس یوگا چهارچوبی رایج بوده است.

امروزه در یوگا، بر حرکات و اعمال و تکنیک‌های جسمی یوگا (آساناها) تمرکز فراوانی صورت می‌گیرد که با این تمرین‌ها، هدف‌هایی از قبیل انقباض و انبساط شش‌ها، انعطاف ستون فقرات، تخلیه مناسب مواد زاید بدن، بالارفتن مقاومت بدن در مقابل بیماری‌ها، تصفیه خون و جریان صحیح خون ملاحظه می‌شود وطی آن، در حالت‌های نشسته، شکمی، حرکات دست، حالت دوزان

و حالت سرتکنیک‌های مختلفی آموزش داده می‌شود. در یوگا، زمانی به فرد «استاد» گفته می‌شود که بتواند حرکات فیزیکی (آسانا) را بدون حرکت اضافی انجام دهد. در سه مرحله اول یوگا، اهداف روانی و روحی هم مورد نظر است، اما در مرحله پرانایاما که چهارمین رکن در راجا یوگای پاتانجلیاست و آن یک فرایند تنفسیست که طی آن، نگاه معنوی و عرفانی برجسته می‌شود و یوگا خود را به مرز عرفان نزدیک می کند.

در این مرحله، هر چند در بدو نظر، ورود و خروج منظم هوا مطرح است؛ از نگاه یوگیست‌ها با این فرایند تنفسی «نیروی حیات» کنترل و منظم می‌شود! به ادعای ایشان، پرانا چیزی فراتر از هواست؛ در واقع چیزیست که نیروی حیاتیست و شامل نیروی تحریکی تمام عناصر در زمین می‌شود که منشأ نیروی اندیشه است و نیروی حیاتی هر موجود زنده می‌باشد.

از همین جاست که پیوستگی میان پرانا و نیروی روح، خود را نشان می‌دهد و در نهایت، این پیوستگی به اتحاد روح با خدا پیوند می‌خورد. در میان مجسمه‌های بودا، یک حالت مشهور که همان حرکت لوتوس است، بیش از دیگر حالت‌ها مشاهده می‌شود. این حالت، یکی از حالت‌های مراقبه پراناست که بودای آسوده را نشان می‌دهد. ورود به مرحله چهارم (پرانایاما)، در یوگا چنان اهمیت دارد که به «جان یوگا» مشهور است.

در این مرحله است که کانال‌های انرژی و کسب انرژی مطرح می‌شوند و از نادی هاوربال نوع ماه و خورشید سخن گفته می‌شود.

****

منابع به ترتیب متن:

یوگای پیشرفته، پیدیشارما ص ۱۴ همان ص ۱۴

جیمزهویت، یوگا ص ۱۲ ر. ک یوگا سوتره‌های پتنجلی، سوامیساتیاناندا، جلال موسوی نسب ص ۲۹

یوگای پیشرفته، پیدیشارما ص ۱۹

تاریخ جامع ادیان، جان بایرناس، ترجمه علی اصغر حکمت ۱۳۸۷ ص ۲۷۰

جیمزهویت، یوگا ص ۲۴–

SAMYAMA یوگای پیشرفته، پیدیشارما ص ۲۴

جیمزهویت، یوگا ص ۱۳

یوگای پیشرفته ص ۲۷۱

پرانایاما (توقف خود به خودی تنفس). پرانایامای مطرح شده در هاتایوگا، تمرینات تنفسی خاصیست که مقدمه رسیدن به پرانایامای پاتانجلیاست.

دم گستری در یوگا ص ۹

چاکرا درمانی، شیلا شارامون، رایمون شهابی ص ۱۸۱

جیمز هویت یوگا ص ۱۰۳ همان ص ۱۱۰ یوگای پیشرفته ص ۲۵۰ همان ص ۲۵۴

«یوگا»: پرستش شیطان!

خبرنامه دانشجویان ایران: مقاله‌ی حاضر در تلاش است تا به صورت بسیار کوتاه و مختصر، برخی از شواهد ارتباط یوگا با فراماسونری جهانی را یادآوری نماید و بر نقش تشکیلات شیطانی فراماسونری در اشاعه‌ی ورزش‌های تئوسوفیکال همچون یوگا در سراسر دنیا تأکید ورزد. به گزارش خبرنگار «خبرنامه دانشجویان ایران»، با کمال تأسف باید گفت که این ورزش به ظاهر عرفانی منحوس و نامناسب، در سالهای اخیر، به شدت در ایران طرفدار پیدا کرده و کتاب‌های زیادی اندر فواید و مناقب یوگا نگاشته شده

است؛ آن هم در حالی که کتب مذهبی و اسلامی ما در کشورمان کمیاب و نایاب می‌باشند! اما یوگا چیست؟

اگر این سؤال از طرفداران «یوگا» پرسیده شود، آنها خواهند گفت که عظمت «یوگا» در قالب الفاظ نمی‌گنجد!! البته اگر این تعارفات و بزرگنمایی‌ها را کنار بگذاریم، باید بگوییم که مطابق ادعاهای طرفداران «یوگا»، «یوگا» مجموعه‌ای از مراقبه ها، تمرین‌ها و ورزشهای «جسمی» و «ذهنی» است که به منظور تعالی جسم و روح به کارگرفته می‌شود. (۳) این تعلیمات شامل هفت عنصر

«آسانا: Asana» (نرمش‌های کششی)،

«باندها: Bandha» (قفل‌های روان عضلانی انرژی)،

«چاکرا: Chakra» (مراکز روانی – انرژی زای جسم پنهان)،

«مانترا: Mantra» (صوت یا ارتعاشات انرژی)،

«مودرا: Mudra» (وضعیت‌های انرژی زا)،

«نادی: Nadi» (مجاری و کانال‌های انرژی)،

«پرانا: Prana» (انرژی حیاتی)

می‌باشد که این تعلیمات، ریشه در مکاتب الحادی قرون باستان مشرق زمین دارد. (۴) آنچه که امروزه از یوگا در بین جوامع مختلف و به خصوص کشورهای مغرب زمین، مورد تأکید قرار گرفته است، بیشتر در حیطه‌ی «آسانا: نرمشهای کششی»، «مودرا: وضعیتهای انرژی زا»، «چاکرا: مراکز روانی – انرژی زای جسم پنهان» و «مانترا: صوت یا ارتعاشات انرژی» می‌باشد و این اجزای یوگا، بیش از سایر اجزای آن مورد توجه کشورهای مختلف دنیا قرار گرفته و در سطح وسیعی پیرامون آنها تبلیغ گردیده است (۵) البته به موازات اجزای مذکور، به واسطه‌ی برقراری کلاس‌های یوگا، سایر اجزای یوگا نیز به مشتاقان فراگیری این ورزش تئوسوفیکال، آموزش داده می‌شود و حتی فلسفه‌ی یوگا و عرفان‌های هندی و بودایی نیز به فراگیران ارائه می گردد.

امروزه یوگا شهرتی جهانی یافته و در سراسر جهان، طرفداران؛ بی‌شماری یافته است.

متاسفانه کشور ما نیز از این قاعده مستثنی نیست و در طی سال‌های اخیر، شاهد رشد فزاینده‌ی کلاس‌های آموزش یوگا در سراسر کشور بوده ایم؛ به نحوی که با حسابی سرانگشتی می‌توان حدس زد که حداقل چند صد هزار نفر در سراسر کشورمان، به فراگیری و سپس استفاده از تعالیم یوگا، مبادرت ورزیده‌اند.

در طی این کلاسها، ضمن تعلیم حرکات ورزشی یوگا (آسانا)، سایر تعالیم مرتبط با یوگا ازجمله عرفان‌های غیرالهی هندو و بودایی نیز به فراگیران آموزش داده می‌شود تا آنها بتوانند با تمسک به عرفانهای نامبرده، روح و جسم خود را اعتلا بخشند! (۶) رواج بسیار تعالیم «یوگا» در ایران و سایر نقاط جهان.

در این مقاله بنا نداریم تا پیرامون فلسفه‌ی عرفان‌های غیر الهی و مادی همچون عرفان‌های بودایی و هندی و نیز ورزش‌های تئوسوفیکالی همچون «یوگا» قلم فرسایی کنیم و از این طریق عرفان‌های غیرالهی مذکور را زیر سؤال بریم؛ چرا که تاکنون در این رابطه مطالب بسیاری بیان شده و محققان متعددی در این باره سخن گفته‌اند.

در مقاله‌ی حاضر، تلاش داریم تابه کمک اسناد و مدارک، ارتباط «یوگا» را با «شیطان پرستی» بیان کنیم و از دسایس «دجال احتمالی آخرالزمان» یعنی «فراماسونری جهانی» در اشاعه و ترویج بین المللی این «تعالیم منحوس و شیطانی» به ظاهر عرفانی، پرده برداریم. اما «یوگا» چه ارتباطی با پرستش «شیطان» دارد؟

مطابق گفته‌ی طرفداران «یوگا»، «شیوا: Shiva» الهه و خدای «یوگا» می‌باشد (۷) و به همین دلیل، الهه هندو «شیوا: Shiva» عمدتاً در حین انجام «مدیتیشن یوگایی» به تصویر کشیده می‌شود:

(۸) «شیوا: Shiva» الهه و خداوند تعالیم «یوگا: Yoga» می‌باشد.

جالب این که تعداد زیادی از منابع مکتوب «یوگا»، فلسفه‌ی «تعالیم یوگا» را «پرستش شیوا» عنوان کرده‌اند:

(۹) «یوگا» همان «پرستش شیوا» خدای هندویان باستان است.

همان گونه که ذکر شد، متاسفانه «یوگا» آیین پرستش «شیوا» خداوند الحادی هندویان باستان است که در قالب اوراد، اذکار، وضعیت‌های خاص بدنی، نرمش‌ها و سماع‌های مخصوص و ... سازمان دهی شده است (۱۰) اما موضوع موقعی نگران کننده می‌گردد که بدانیم «شیوا» همان تمثال «شیطان» در آیین هندو است! نگاهی به کتاب مرجع شیطان پرستان یعنی «انجیل شیطانی: The Satanic Bible» می‌تواند کمک زیادی به بررسی این ادعا نماید. دراینکتاب، «Anton Szandor Lavey» نویسنده‌ی کتاب و رهبر سابق شیطان پرستان جهان، در مبحث «نامهای شیطانی (دوزخی): The Infernal Names»، نام «شیوا: Shiva» الهه‌ی هندویان و «کالی: Kali» دختر «شیوا» و یکی دیگر از الهه‌های هندویان را در کنار نام‌های دیگری همچون «شیطان»، «لیلیث»، «ایشتار»، «ست» و سایر نام‌های شیطانی ذکر نموده است (۱۱):

نام «شیوا» و دخترش «کالی» دو الهه‌ی هندی در بین نام‌های شیطانی کتاب «انجیل شیطانی: Bible The Satanic». بله عزیزان! درست حدس زده اید! آنچه که با نام «یوگا» و به عنوان ورزشی فرح بخش و روحانی مورد تبلیغ و ترویج قرار می گیرد، چیزی نیست جز اوراد، اذکار، حالات و نرمش‌ها و سماعهایی که به منظور پرستش خدای شیطانی هندویان باستان یعنی «شیوا» صورت می گیرد و فراگیران «یوگا» در طی کلاسهای خود می‌آموزند که با اوراد و اذکار و حالات بدنی خاص خود، انرژی حیاتی! را از الهه‌ی شیطانی «شیوا» طلب نمایند! (۱۲)

البته عمده‌ی فراگیران یوگا از مسایل پشت پرده‌ی این ورزش تئوسوفیکال خبر ندارند و کلاهی بزرگ بر سرشان گذاشته شده است و نمی‌دانند که آنچه آنها به منظور طلب آرامش روحی انجام می‌دهند، چیزی جز پرستش شیطان (آن هم با طعم هندی اش!) نیست! البته موضوع تنها به همین جا ختم نمی گردد. بلکه شواهد متقنی وجود دارند که نشان می‌دهند، عمده‌ی رهبران یوگا، در معابد الهه‌های شیطانی رشد یافته‌اند و یا بدون هیچ شبهه‌ای عضو تشکیلات شیطانی «فراماسونری جهانی» بوده‌اند.

در این بخش از مقاله، به سه تن از این رهبران مشهور اشاره می‌نماییم:

راما کریشنا (Ramakrishna) «راما کریشنا» یکی از معروف‌ترین چهره‌های آیین هندوی نوین و یکی از تاثیرگذارترین و مشهورترین رهبران «یوگا» در عصر جدید می‌باشد (۱۳) وی چهره‌ای شناخته شده در آیین هندوست و علاوه بر اشتغال به «یوگا»، شاگردان برجسته‌ای همچون «نارندراناثدوتتا» یا «سوامیویواکانانـدا» تربیت نمود که تعالیم «یوگا» را به خارج از هند انتشار داد و به آن چهره‌ای جهانی بخشید. (۱۴) «راما کریشنا» در زمره‌ی رهبران بسیار محبوب «یوگا» به شمار می‌رود و از محبوبیت بسیاری در هند برخوردار بوده است.

وی در سال ۱۸۳۶ میلادی در ناحیه‌ی بنگال غربی هندوستان به دنیا آمد و در سال ۱۸۸۶ میلادی در این کشور در گذشت و در ۵۰ سال عمر خود، به احیای آیین هندو و ترویج یوگا همت گماشت. (۱۵) (۱۶) زندگی ۵۰ ساله‌ی «راماکریشنا» پرفراز و نشیب بوده و وقایع متعددی در زندگی وی رخداده است، اما به منظور پرهیز از اطاله‌ی کلام از پرداختن به این جزییات کم اهمیت خود داری می‌نماییم. به هر حال آنچه که به این مقاله مربوط می‌شود، این مسأله است که «راماکریشنا» تاثیرات مهمی در احیای آیین هندو و ترویج اجزای آن همچون یوگا داشته است و از سوی دیگر نیز با تربیت شاگردان برجسته‌ای همچون «سوامیویواکانانـدا» موجب انتشار جهانی «یوگا» در قرون اخیر گردیده است (۱۷):

تصاویری از «راما کریشنا» یکی از رهبران معروف «آیین هندو» و «تعالیم یوگا» در قرون اخیر. (ذکر این توضیح ضروری به نظر می‌رسد که مؤلف مقاله، علامت «دست شاخدار» را در دست «راما کریشنا» در تصویر وسط دیده است؛ اما در مورد معنای این

علامت و هدف «راما کریشنا» از نمایش آن نمی‌توان اظهار نظر کرد.)

راما کریشنا» یکی از رهبران معروف «آیین هندو» و «تعالیم یوگا» در قرون اخیر.

اما موضوع زمانی جالب می‌شود که بدانیم «راماکریشنا» در معبد الههی هندو «کالی» پرورش یافته و بسیار به «کالی» ارادت داشته است؛ تا جایی که برخی از محققان، وی را «فرزند کالی» نامیده‌اند:

(۱۸) علاقه و اعتقاد فراوان «راما کریشنا» به الههی هندو «کالی».

«فرزند کالی: Kali's Child»؛ لقبی که برخی محققان به «راما کریشنا» داده‌اند.

این لقب به واسطهی علاقه‌ی فراوان «راماکریشنا» به «کالی» به وی اطلاق شده است.

خوانندگان محترم، احتمالاً نام «کالی» برایشان آشنا است؛ بله عزیزان! «کالی» که در برخی افسانه‌های هندو به عنوان «دختر شیوا» و در برخی دیگر به عنوان «همسر شیوا» آمده است، تجسم دیگری از «شیطان» در آیین هندو می‌باشد! (۱۹) جالب این که «Anton Szandor Lavey» نویسنده‌ی کتاب «The Satanic Bible: انجیل شیطانی» و رهبر سابق شیطان پرستان جهان، در مبحث «نامهای شیطانی (دوزخی): The Infernal Names» کتاب خود، نام «شیوا: Shiva» الههی هندویان و «کالی: Kali» دختر «شیوا» و یکی دیگر از الهه‌های هندویان را در کنار نام‌های دیگری همچون «شیطان»، «لیلیث»، «ایشتار»، «ست» و سایر نام‌های شیطانی ذکر نموده است (۲۰):

نام «شیوا» و دخترش «کالی» دو الههی هندی در بین نام‌های شیطانی کتاب «انجیل شیطانی: Bible The Satanic».

«کالی» الههی شیطانی هندویان و تجسم «شیطان» در آیین هندو. با توجه به مطالب فوق در می‌یابیم که «راما کریشنا» رهبر محبوب بسیاری طرفداران «یوگا» که به ریاضت و زهد مشهور بوده است، به پرستش تجسم «شیطان» در آیین هندو یعنی الهه «کالی» مشغول بوده و خود را «فرزند کالی» یا به تعبیر بهتر «فرزند شیطان» می‌نامید و به این لقب خود، افتخار می‌نمود! سوامی ویوکاناندا (نارندراناث دوتتا) «سوامی ویوکاناندا»، یکی از رهبران «جنبش استقلال طلبانه‌ی هند» بوده است (۲۱) البته شهرت او تنها به این امر محدود نمی‌گردد. بلکه وی یکی از شخصیتهای مشهور و یکی از پیشگامان «ودانتا» و «یوگا» در قرون اخیر می‌باشد! (۲۲) وی شاگرد «راماکریشنا» بوده (۲۳) و کسی بود که به «یوگا» شهرتی جهانی داد و این ورزش تئوسوفیکال و رازآمیز را به اروپا و آمریکا بر دو آن را به مردم این سرزمین‌ها معرفی نمود. (۲۴) شاید به جرأت بتوان گفت که هیچ کس همانند «سوامی ویواکاناندا» در انتشار جهانی «یوگا» نقش نداشته است و اگر او نبود، «آیین یوگا» در معابد هندویان محبوس شده و نمی‌توانست به اروپا، آمریکا و سایر نقاط جهان راه یابد. به همین دلیل، وی حق بزرگی برگردن «یوگا» دارد و مقبولیت جهانی «یوگا» در قرن حاضر، مدیون سخنرانی‌ها، سفرها و تلاش‌های ویست

(۲۵)

«سوامی ویوکاناندا (نارندراناث دوتتا)»، یکی از پیشگامان «یوگا» در قرون اخیر و یکی از رهبران جنبش به اصطلاح استقلال طلبانه‌ی هند. اما جالب است که بدانیم این شاگرد برجسته‌ی «راما کریشنا» یعنی «سوامی ویوکاناندا» یکی از رهبران انقلاب هند و از پیشگامان «یوگا» در قرون جدید، یک فراماسون معروف بوده و شکی در مورد عضویت وی در لژهای ماسونی وجود ندارد! (۲۶) در مورد عضویت «سوامی ویوکاناندا» در گروه شیطانی فراماسونری، هیچ شک و شبهه‌ای وجود ندارد و منابع متعددی به عضویت وی در این گروه الحادی اشاره کرده‌اند:

(۲۷)

شواهد عضویت «سوامی ویوکاناندا (نارندراناث دوتتا)» یکی از پیشگامان «یوگا» و چهره‌ی به اصطلاح انقلابی «جنبش استقلال طلبانه‌ی هند» در تشکیلات شیطانی فراماسونری.

نکته‌ی مهمی که از لا به لای اطلاعات فوق استخراج می گردد این مطلب مهم است که عرفان‌های نوپدید و ورزشهای تئوسوفیکالی همچون «یوگا» که شهرت بین المللی یافته‌اند و از سوی دستگاه‌های شیطانی ماسونی نیز تبلیغ می گردند، ارتباط بسیار مهم و جدی با فراماسونری جهانی دارند و رهبران این جنبش‌ها نیز عمدتاً در تشکیلات شیطانی فراماسونری عضویت دارند.

بهاگوان شری راجنیش (اوشو)

«بهاگوان شری راجنیش (اوشو)» یکی از چهره‌های معروف و مشهور عرفان‌های نوپدید هندی بوده است و طرفداران بسیاری در سراسر جهان برای خود رقم زده است (۲۸) وی در طی ۵۹ سال عمر خود، در مناطق مختلفی تردد نمود و در کشور هند و در سایر نقاط جهان، طرفداران بی‌شماری برای خود رقم زد. طرفداران «اوشو» وی را به عنوان یک عارف و فیلسوف آزاده می‌شناسند که برای پیروانش آزادی به ارمغان آورده و آنها را از قید اسارت نجات داده است.

«اوشو» یکی از چهره‌های معروف عرفان‌های نوپدید. نکته‌ی مهم دیگری که باید به آن اشاره گردد، اینست که «اوشو» نیز تبحر فراوانی در «یوگا» داشته و حتی کتابی با عنوان « Secrets of Yoga: رازهای یوگا» تألیف نموده است (۲۹) و به همین دلیل در زمره‌ی سردمداران تعالیم «یوگا» قرار می گیرد:

(۳۰)

کتاب «رازهای یوگا» اثر «اوشو». اما این چهره‌ی مشهور و محبوب «یوگا» و این رهبر به اصطلاح عرفانی هند، در لابلای تعالیم شیطانی خود، انسان را به لاقیدی، بی‌بند و باری و فساد دعوت می کرده است؛ به نحوی که تأکید وی بر آزادی‌ها و لاقیدی‌های جنسی به حدی بوده که به وی لقب «کاهن و پیشوای جنسی» داده شده است:

(۳۱)

اطلاق لقب «کاهن و پیشوای جنسی» به «اوشو»، فیلسوف و به اصطلاح عارف هندی و یکی از چهره‌های برجسته‌ی «یوگا».

البته پیروان «اوشو» تنهابه کتاب‌ها و تعلیمات وی بسنده نکردند و به تأسیس مکانهایی با عنوان «اوشوپارک» اقدام نمودند که در این پارکها، پسران و دختران پیرو «اوشو»، بدون هیچ گونه نظارت و قید و بندی به معاشرت با یکدیگر و پیروی از تعالیم منحرف ممزوج با مناسک جنسی «اوشو» می‌پردازند! (۳۲) بدین ترتیب همانگونه که ملاحظه فرمودید، تعدادی از چهره‌های مشهور و محبوب «یوگا» همچون «اوشو» افرادی فاسد و مفسد بودند که به ترویج لاقیدی و روابط نامشروع جنسی می‌پرداختند. با توجه به مطالبی که ذکر گردید، در می‌یابیم که نه تنها تعالیم «یوگا»، تعالیمی شیطانی است و افراد عمل کننده به آن، خواسته یا ناخواسته به پرستش تجسم شیطان در آیین هندو (یعنی شیوا) می‌پردازند، بلکه رهبران و چهره‌های مشهور این تعالیم، یا شیطان پرست بودند (همانند راما کریشنای پیرو کالی)، یا فراماسون بودند (همانند سوامی ویواکاناندا) و یا افرادی مفسد و فاسد بودند (همانند اوشو). علیرغم تمامی این مسایل، متاسفانه در دهه‌های اخیر، دامنه‌ی طرفداران «یوگا» گسترش یافته و این تعالیم در سراسر جهان و از جمله در ایران، طرفداران زیادی پیدا کرده است.

متاسفانه به دلیل بی‌توجهی مسؤولان فرهنگی و دسایس دشمن، «تعالیم یوگا» در ایران منتشر شده است و توجه افراد فراوانی را به خود جلب نموده است.

این امر تنها به برگزاری کلاسهای «یوگا» محدود نمانده است و تا جایی پیش رفته است که حتی یک مجله با عنوان «دانش یوگا» به صورت ماهانه در کشور منتشر می گردد. (۳۳) اما تأسف بیشتر اینکه مجله‌ی مذکور، تنها به تعلیم حرکات ورزشی، وضعیت‌های بدنی و اوراد مربوط به «یوگا» نمی‌پردازد، بلکه به «اساطیر یوگا» همچون «شیوا» که همان «تجسم شیطان در آیین هندو» است، نیز به صورت مبسوط اشاره می‌نماید و تعالیم افراد فاسد و منحرفی همچون «اوشو» به عنوان تعالیمی عرفانی، به خورد خوانندگان داده می‌شود. (۳۴) برای مثال، برخی ازتیترهای مقالات مجله‌ی مذکور عبارتند از:

«رقص شیوا تَجَلّی عرفان!»، «سیری در زندگی راما کریشنا!»، «تنفس و آگاهی اوشو درباره‌ی یوگا!» و «درس‌هایی از اوشو!». (۳۵) البته از نحوه‌ی بیان مقالات مجله‌ی مذکور، چنین بر می‌آید که گردانندگان مجله‌ی مذکور احتمالاً از دسایس موجود در انتشار جهانی «یوگا» و فساد و انحراف بزرگان «یوگا» خبری ندارند، اما به هر حال نفس این مسأله اشکال دارد.

ناگفته نماند که سیل تبلیغات پیرامون «یوگا» تنها محدود به مثال فوق نمی‌شود، بلکه امروزه پیشخوان‌های کتاب فروشی‌ها پر است از کتاب‌هایی که به تعریف و تمجید از «یوگا» و عرفان‌های شرک آلود هندی و شرق دور می‌پردازند و اساطیر هندو و بودایی را با آب و تاب به خوانندگان معرفی می‌نمایند؛ این امر در حالیست که در ام القرای جهان اسلام، در معروفترین کتاب فروشی‌ها و بازارهای کتاب ایران اعم از کتاب فروشی‌های میدان انقلاب اسلامی تهران، نمایشگاه بین المللی کتاب تهران و، ... مباحث مهمی همچون مهدویت و معارف اسلامی مورد کم توجهی قرار می گیرند!

متاسفانه کار تا آنجا پیشرفته است که حتی در روزنامه‌های کثیرالانتشار کشور نیز کتابهای نگاشته شده پیرامون «یوگا» مورد تبلیغ قرار می گیرند و در تاسف‌بارترین این موارد، کتاب «تسخیر طبیعت درون» نوشته شده توسط «سوامی ویواکاناندا»ی فراماسون نیز مورد تمجید قرار می گیرد:

(۳۶)

تعریف و تمجید از کتاب «تسخیر طبیعت درون» پیرامون «یوگا» نوشته شده توسط «سوامیویواکاناندا» نویسنده‌ی فراماسون هندی به وسیله‌ی یکی از روزنامه‌های کثیرالانتشار کشور. (متاسفانه نویسنده‌ی مطلب فوق، حتی به خود زحمت نداده است تا اندکی پیرامون «سوامیویواکاناندا» تحقیق کند تا بداند «ویواکاناندا» جنسیت مرد دارد، نه زن! در واقع نویسنده‌ی مطلب فوق، با مشاهده‌ی ظاهر نام «سوامی ویواکاناندا»، فریب خورده و تصور نموده است که وی یک خانم است!) با توجه به مطالبی که در این مقاله ذکر شد، در می‌یابیم که ترویج و انتشار «یوگا»، عرفان‌های هندی، شرقی و ... در طی سال‌های اخیر در ایران و جهان، حاصل توطئه‌ای ظریف و حساب شده از سوی تشکیلات شیطانی فراماسونری جهانی و اصحاب شیطان است تا به واسطه‌ی آنها بتوانند اوراد و اذکار شیطانی را در لباس عرفان، معنویت و اعتکاف، به خورد جوامع گوناگون دهند و بدین وسیله، از یک سو مانع گسترش معنویت الهی و اسلامی گردند و از سوی دیگر پرستش شیطان (همان شیوا؛ خداوند هندی یوگا و تجسم شیطان در آیین هندو) را در قالب تعالیمی همچون «یوگا» و ... در بین مردم رواج دهند. متاسفانه تعداد زیادی از مردم در سراسر دنیا، از ماهیت شیطانی «یوگا» و سایر تعلیمات و عرفان‌های نوپدید با خبر نیستند و ناخواسته همان امیال شیطان و اصحاب شیطانی وی را دنبال می کنند.

البته نگارنده‌ی این مقاله، مخالف حرکات ورزشی، نرمشی و کششی نیست، بلکه عقیده دارد که در حالتی که می‌توان همین نرمش‌ها و ورزش‌ها را بدون توسل به اوراد و اذکار شیطانی پرستش شیوا در آیین هندو انجام داد، چرا باید بر انجام این حرکات با اوراد و وضعیت‌های خاص بدنی «یوگا» تاکید ورزید. حال آن که می‌دانیم مشابه حرکات ورزشی مذکور، در ورزش‌هایی همچون ژیمناستیک وجود دارند.

متاسفانه در عصر حاضر که دوره‌ی آخرالزمان می‌باشد، گروه‌های منحرف متعددی در جهان فعالیت می کنند تا به واسطه‌ی ترفندهایی همچون «یوگا» و «عرفان‌های نوپدید، شرقی و غربی» به تدریج انسان‌ها را از تعالیم الهی دور کنند و مردم را به سوی اطاعت و پرستش شیطان سوق دهند. در این برهه‌ی حساس تاریخ که جهان لحظه به لحظه خود را برای استقبال از منجی الهی خود آماده می کند، باید بیش از پیش مراقب تحرکات اصحاب شیطان و دجال احتمالی آخرالزمان (فراماسونری جهانی) بود تا مبادا در قالب‌های گوناگون اعم از فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و ... این یاران شیطان بخواهند تیشه به ریشه‌ی ممالک اسلامی و به خصوص کشور زمینه ساز ظهور یعنی ایران اسلامی بزنند. این امر، توجه خاص مسؤولین کشورمان و درایت مردم فهیم ایران و سایر مسلمانان جهان را می‌طلبد تا بتوانند در برابر این هجمه‌های وسیع و همه جانبه‌ی دشمن، مقاومت نمایند.

مأخذ:

ادیان نیوز ۶؛ http://www.adyannews.com/۱۱۱ / ۲۸۱۵ - news.html

نگاهی به آیین یوگا

مقدمه

یوگا گرچه پیشینه‌ای دیرینه دارد، در دهه‌های اخیر، حیاتی مجدد یافته و به عنوان راهی برای نجات انسان امروزی از نابسامانی‌های روحی، ترویج می‌شود. این رواج، تقریباً عمومی و جهانی است؛ زیرا یوگا در ظاهر، با باورهای ملی و دینی اقوام و ملل گوناگون ستیزی ندارد و بیشتر به عنوان نوعی ورزش، معرفی می‌گردد. یوگا در دهه اخیر در ایران، گسترش روزافزونی داشته است؛ انتشار صدها عنوان کتاب درباره یوگا به عنوان ورزش یا عرفان و یا درمان، نشریات مخصوص یوگا، مراکز متعدد آموزش یوگا، ایجاد سایت‌های فراوان به زبان فارسی در زمینه یوگا و تولید فیلم و نرم افزارهای آموزشی یوگا همه حاکی از این گسترش است.

از عموم مردم بیشترِ کسانی که به یوگا روی می‌آورند با تاریخچه، مبانی و اهداف آن کاملاً آشنا نیستند و یا آشنایی ابهام آمیز دارند. با این حال آنچه در یوگا به طور ضمنی رواج می‌یابد باورها و زیربناهای اعتقادی نادرست است که پی آمدهای رفتاری نیز دارد. در این نوشته، خواننده گرامی با مبانی و ریشه‌های یوگا و افق اهداف آن آشنا می‌شود. تلاش نگارنده اینست که ابهام موجود در زمینه یوگا برطرف گردد و نگاهی روشن در این باره به دست آید.

بخش ۱؛ چیستی و پیشینه

چیستی یوگا

داسگوپتا درباره اشتقاق کلمه یوگا معتقد است این واژه سه معنا و ریشه دارد:

الف) از ریشه و لغت Yojiryoge به معنای یکی شدن و بهم پیوستن یا عبودیت،

ب)

از ریشه و لغت Yuj samadhau به معنای تمرکز یا تفکر،

ج)

از ریشه و لغت Yuj samyamane به معنای یکی شدن، تسلط یافتن و آماده ساختن و مهار کردن. [۱]

معاد ل این ریشه به فارسی، یوغ، به لاتینی Jungere به فرانسه Joug و به انگلیسی Yoke است [۲]

از نظر اصطلاحی یوگا روش عملی منظم جسمی و ذهنی برای رسیدن به آرامش ذهنی و رهایی مطلق است.

پاتانجلی مؤلف سوترا یوگا در فصل اول رساله خویش یوگا را چنین تعریف می‌کند:

یوگا حذف مراتب ذهنی، نفسانی و عقلانی است [۳]

یوگا روشی درون گرایانه است و یوگی با گرایش به عالم درون، سعی می‌کند از شلوغی‌های عالم بیرون رهایی یابد. [۴]

یوگا روشی عملیست و به جنبه عملی موضوع درد و رنج می‌پردازد و تلاش دارد با آداب و فنونی چند، انسان را به سوی آزادی از آشفتگی و رنج، رهبری کند [۵]

پیشینه

پیدایش یوگا یکی از مسائل پیچیده هند شناسی است.

به نظر برخی، یوگا قدمتی بیش از ۵۰۰۰ سال دارد. چند سال پیش خاورشناسان معتقد بودند یوگا وارث معنویت برهمنی و بازآورده سنت کهن آن است و اصولاً منشأ یوگا را می‌توان در سرودهای ریگ ودا در مفهوم کلمه تاپاس یعنی ریاضت یافت. [۶] تاپاس، حرارت ناشی از قدرت تمرکز نفسانی و ذهنی است و در بسیاری از متون کهن هند و مرتاضین و زهاد به واسطه همین نیرو بر سایر افراد و خدایان چیره می‌گشتند. در آیین نیایش برهمنی، موبَد باید به مناجات اشتغال بورزد و حرارت ریاضت را به منتها درجه شور و اشتیاق بر انگیزد. یکی از فنونی که در ایجاد چنین حالاتی موثر می‌افتاده، حبس دم و تنظیم تنفس بوده است.

یکی از شرایط ضروری این آیین، نوشیدن شربت جاویدانی برای ایجاد حرارت و نیروی معنوی بود که به موجب آن، مرتاض از شرایط زندگی دنیوی خارج می‌شد و دیده به عالم معنا می‌گشود. این تجرد و جدایی از عالم مادی بوسیله حبس دم و قربانی باطنی میسر بوده است.

به تدریج مفهوم قربانی ظاهری و باطنی مترادف گردیدند و سر انجام قربانی ودایی و فنون ریاضت با یکدیگر مطابق گشتند و در مراسم قربانی، موبد هم شربت جاودانی را نثار خدایان می‌کرد و هم نفس خویش را همچون قربانی به بارگاه خدایان عرضه می‌داشت. [۷] هنگام هجوم اقوام هند و اروپایی و انقراض تمدن‌های شهرنشین دره سند، پاره‌ای از آداب و رسوم ریاضت که احتمال می‌رود وجه مشابهی با یوگا داشته باشد در قشرهای پایین اجتماع رسوخ یافت [۸] و یوگا یکی از ارکان اساسی معنویت هند و یکی از صفات شاخص آن گردید. [۹] هنوز به خوبی روشن نشده است که فنون و آداب یوگا اولین بار به وسیله چه کسانی به کار برده شده، تاریخ پیدایش یوگا را کهن‌تر از زمان تدوین کتاب «یوگا سوترا» می‌دانند تا آنجا که در اساطیر و افسانه‌ها این تعلیمات را به خدایان هندی نسبت می‌دهند، اما اتفاق رأی محققین بر اینست که نخستین اثر حاوی مبانی مکتب یوگا، رساله «یوگاسوترا» (Yoga Sutra) نوشته پاتانجلی حکیم و فیلسوف هندی است.

وی مبانی آیین یوگا را در این رساله تدوین کرده است.

او مؤسس و بانی یوگا نیست بلکه فقط نظام دهنده و انتشار دهنده یک سلسله فنون مربوط به تجزیه و تحلیل احوال نفسانی و ذهنی و طریق فرو نشاندن و تسلط بر آنها است.

پاتانجلی انبوه تعلیمات و نظرات گوناگون را که از دیرباز در میان یوگیان هند رایج بوده گرد آورده و پس از گزینش، به رشته تحریر در آورد و به همین جهت وی اذعان دارد که به هیچ وجه مؤسس مکتب یوگا نبوده است؛ [۱۰] درباره تاریخ نگارش این کتاب اختلاف است.

یاکبی و کیث نگارش آن را سده سوم تا پنجم میلادی دانسته‌اند و داسکوپتا سه فصل اول کتاب را متعلق به سده دوم قبل از میلاد می‌داند که فرضیه‌ای بیش نیست. [۱۱] پاتانجلی مطالب یوگاسوترا را به چهار بخش تقسیم نموده در بخش اول، ماهیت، انواع، هدف و اشکال یوگا و تربیت درونی و روش‌های رسیدن به یوگا را مطرح می‌کند.

در بخش دوم می‌پردازد به کریایوگا که وسیله‌ای برای رسیدن به سامادهیست و لذا به بیان پریشانی‌های ذهنی، پی آمدهای اعمال، ماهیت رنج، پدیدآمدن و چگونه پایان یافتن آن می‌پردازد. در بخش سوم به جنبه‌های درونی چون نیروها و قوه‌های فراطبیعی که از راه یوگا به دست می‌آید پرداخته است و در بخش چهارم واقعیت نفس و راه رهایی و آزادی و غیره بیان می‌شود. [۱۲] ابوریحان بیرونی نیز کتابی نوشته با نام «پتنجل الهندی فی الاخلاص من الامثال» که به نظر داسکوپتا این کتاب ترجمه متن دیگری از پاتانجالی غیر از یوگاسوترا است؛ [۱۳] کتاب مهم دیگر این مکتب یوگابهاش یا یا وياسابهاش یا اثر ویاساست که شرحی کوتاه و

مفید بر یوگاسوترا می‌باشد.

واچاس پاتی نیز شرحی بر کتاب ویاسا نوشت به نام تات وا وای شارادی که از آثار مرجع در فلسفه یوگا شمرده می‌شود. [۱۴]

بخش ۲؛ مبانی نظری

یوگا و سانکهیه

در هند از دیرباز همانند ادیان موجود در آن، مکاتبی فلسفی نیز رواج داشته است.

علمای هند، این مکاتب را در شش مکتب، محصور نموده‌اند.

اعتقاد به وداهای چهارگانه و دو شرح و تفسیر بر آن از جمله اوپانیشادها، یکی از ارکان اساسی دین و فلسفه هندوان است.

قدیمیترین و مهمترین سیستم فکری و فلسفی هندو، مکتب سانکهیه است.

بانی سانکهیه، فردیست به نام کپیله که یک قرن قبل از بودا به دنیا آمد. این مکتب بر خلاف باور به وحدت یا مونیسم که در اوپانیشادها آمده، پرستش حقیقت واحدی را دنبال نمی‌کند و بر ثنویت (دوگانه گرایی)، استوار است.

در سانکهیه اعتقاد بر اینست که در عالم، دو حقیقت ازلی وجود دارد:

یکی ماده یا صورت که عالم محسوس و طبیعت است و پرکریتی نام دارد و دیگری روح یا معنا که نامریی و نامحسوس است و به آن پورُوشا می‌گویند. ماده از بیست و سه عنصر جداگانه ترکیب شده که هر یک از این عنصرها دارای سه حالت هستند:

حالت راحتی، حالت فعال و حالت جمود. درباره روح، آیین برهمن به نفس کلی جهانی معتقد است ولی سانکهیه بر خلاف آن، باور دارد که عالم ارواح، از روان‌های منفرد بی‌شماری ترکیب یافته است که هر کدام، استقلال و ابدیتی مخصوص خود دارند. این ارواح، در عالم طبیعت، گرفتار رنج، آلام و سختی‌ها هستند.

ریشه این گرفتاری، جهل و عدم معرفت و نداشتن آگاهی است؛ [۱۵] این ارواح بین ماده و معنا یا جسم و روح تمیز نمی‌دهند و نمی‌توانند روح را به خوبی از ماده، متمایز و بازشناسی کنند.

این امر باعث می‌شود که روح، همواره در قید و بند جسم بوده و مغلوب قوای طبیعت و ماده باشد و ناگزیر به طور پیاپی، توالد یابد؛ یعنی پس از مرگ، دوباره به این جهان بازگردد و همواره در چرخه باز پیدایی و تناسخ، گرفتار باشد.

بی‌شک وقتی ریشه رنج و گرفتاری، جهل باشد، راه نجات از آن، بدست آوردن معرفت و آگاهی نسبت به وجود و معنای روح و جداسازی آن از ماده خواهد بود.

با بدست آوردن این آگاهی، شخص، عارف شده و به آرامش جاوید می‌رسد. [۱۶] از این رو یوگا به عنوان عرفان معرفی می‌شود.

بی‌شک این پرسش رخ خواهد داد که راه رسیدن به این معرفت چگونه است؟

پاسخ پرسش فوق اینست که راه رسیدن به این معرفت و آگاهی، یوگا است.

چگونگی رسیدن به آگاهی از طریق یوگا این گونه است که: از یک سو آگاهی، در واقع همان پرانا و انرژیست [۱۷] و از سوی دیگر راه به دست آوردن انرژی، انجام اعمال یوگایی است.

یوگی با انجام این اعمال، انرژی کسب می‌کند و عارف می‌شود. بنا بر این، یوگا عرصه عملی و کاربردی تئوری‌های فلسفه سانکهیه به شمار می‌آید. این دو مکتب به منزله دو صفت مختلف آیینی یگانه و فلسفی هستند؛ یکی متمایل به مباحث نظری جهان شناسی و دیگری طالب طریق عملیست که به آداب و تفکر و مراقبه و ورزش ذهنی توجه خاصی دارد. [۱۸]

نفس

در مکتب فلسفی یوگا، نفس فردی، روحیست آزاد که با بدن مادی، ذهن و عقل، همنشین است.

ماهیت نفس، شعور محض است و از همه محدودیت‌های بدن و نوسانات ذهنی دور می‌باشد.

ذهن، نخستین محصول اولیه ماده این جهان است که شعور و ادراکی از خود ندارد اما چون از هر چیز دیگر به نفس، نزدیک‌تر و مانوس‌تر است با نیروی تجلی، خود آگاهی نفس را بازتاب می‌کند به همین سبب شعور مند می‌شود؛ لذا نزدیکترین همنشین نفس، ذهن است.

نفس بوسیله ذهن، به اشیای جهان متصل می‌شود و اشیای عالم را می‌شناسد زیرا ماناس که یک حس درونی است اشیا را ادراک حسی می‌کند و ادراکات مزبور را به ذهن انتقال می‌دهد، ذهن، شکل مزبور را در خود، متصور می‌سازد و دخل و تصرفاتی برای معلوم سازی آنها به عمل می‌آورد از آنجا که هیچ یک به اندازه ذهن با نفس نزدیک نیستند نفس از طریق ذهن به شناخت امور عالم نایل می‌گردد بنا بر این در خود نفس هیچ گونه دگرگونی و فعل و انفعالی صورت نمی‌گیرد و او خود را چیزی معلوم نمی‌دارد بلکه شعور نفس در فرایندهای دگرگون شونده ذهن‌ها بازتاب پیدا می‌کند.

[۱۹]

نسبت نفس با ذهن و بدن

در اثر تصرفات ذهن در نفس، نفس با ذهن، قرابت و نزدیکی یافته و در آن نوع خاص از معرفت ذهنی، انعکاس پیدا می‌کند و مانند انعکاس شیء در آیینه، تصویر نفس، در ذهن ظاهر می‌شود. همین قرابت باعث می‌شود که نفس، خود را با آن دخل و تصرف‌ها و معلوم سازی‌های ذهنی، همانند و یکی بداند؛ از این رو نفس می‌پندارد که رویدادهایی مانند مراحل زندگی یعنی تولد، رشد، فساد و مرگ، در او پدید می‌آید. کار بد آنجا می‌انجامد که گویی این نفس است که می‌خوابد، بیدار می‌شود و تخیل و غیره می‌کند ولی واقعیت اینست که نفس، فراتر از همه رویدادهای جسمانی و ذهنی است و این کارهای ذهن است نه نفس؛ اما فقط به خاطر قرابت نفس با ذهن، به نظر می‌رسد که خودش این حالت‌های گوناگون را دارد. این برداشت‌های غلط، سبب آفت‌هایی می‌شود. [۲۰]

این آفت‌ها عبارتند از:

۱ – معرفت خطا، کاذب و جهل درباره اموری که ناپایدار و فناپذیرند و او به خطا آنها را پایدار و سرمدی می‌پندارد و یا غیر نفس را به جای نفس می‌گیرد.

۲ – دریافت کاذب یا ادراک خطا به طوری که نفس به اشتباه تصور می‌کند که با ذهن و عقل یکی و همانند است.

۳ – اشتیاق به لذت (شهوت) و نفرت و گریز از درد. نفس می‌کوشد تا از هرچه دردآور است دوری کند و راه فرار از آن را پیدا نماید.

۵ – ترس غریزی از مرگ که در تمام مخلوقات وجود دارد. این پنج آفت که نفس، به آنها دچار می‌شود برای انسان رنج و مشقت می‌آفریند و همواره، آسایش را از انسان سلب می‌کند؛ [۲۱] یوگا با زدودن این رنج‌ها، آرامش باطن و آسایش درونی و رهایی و آزادی می‌آورد. یوگا فعالیت‌های ذهن و بدن را مهار می‌کند و همه تصرف‌ها و معلوم سازی‌های ذهنی را واپس می‌زند. اینجاست که نفس، تمایز خود را از ذهن و بدن، باز می‌شناسد و به آرامش مطلق دست می‌یابد.

تناسخ

پیروان یوگا به تناسخ باور دارنـد. تناسـخ به این معناست که نفس، نظر به علاقه و عشـقی که بین جسم و روح وجود دارد، از بدنی کـه می‌میرد، بـدون فاصـله زمـانی، وارد بـدن دیگری شـود. از نظر تـاریخی می‌تـوان ایـن نظریه را متعلـق به هنـدوها دانست چرا که اوپانیشادها و ریگ ودا به آن اشاره دارند. در مکتب فلسـفی یوگا نظریه‌ای به نام کارما مطرح می‌شود که ریشه در اعتقاد به تناسـخ دارد. کارما زنجیره اعمال انسانی است که در طی دوران زنـدگی به ظهور می‌رسـد. لـذا کرمه، یا کردار، علت دوباره زائیـده شـدن است، زیرا که کردار در یک زنـدگانی، خود علت زندگانی دیگر است و تا زمانی که کوچک‌ترین اثری از کردار در زندگی یک فرد به جاست، آن فرد دستخوش سمساره؛ یعنی چرخه تناسخ و باز پیداییست و در دایره زندگی دنیوی، سرگردان می‌آید و می‌رود و باز می‌گردد. بـدین گونه، کارما اشاره به دنیا، امور دنیوی و اعمال انسان‌ها در آن دارد. نظریه تناسخ در طول تاریخ تفکر هندوها در قالب مکاتب متعدد از جمله یوگا دستخوش تغییراتی گشته لکن تمام آن مکاتب، تناسخ را امری قهری و اجباری دانسته‌اند.

بنا بر قانون کارما، تناسـخ، به علت آلوده شـدن روح انسان، در اثر تماس با جسم مادی رخ می‌دهد. یوگی سـعی می‌کند تمایز روح از جسم را بازشناسد (یعنی کسب آگاهی کند) و از این چرخه باز پیدایی نجات یابد. [۲۲]

رنج

از جمله مبانی یوگا موضوع رنج جهانی است که در آیین‌های هندی، معروف است.

می‌گویند:

این روزگـار فانی، مملو از ناکامیست وتمام جسم، جز رنـج، چیزی نیست. خود جسم موضع رنـج است و حواس و ادراکات نیز رنج به بار می‌آورند، لذایذ هم آبسـتن ناکامی و مشـقت اند؛ پس به هر ترتیب باید خویشـتن را از منجلاب و گرفتاری رنجی که بشـر را گرفته خلاصـی دهیم. راه آزادی و نیل به رهایی در مکتب یوگا آزادی از این رنج، معرفت و آگاهی نسبت به تفکیک بین روح و ماده است؛ [۲۳]

یوگا، نوعی روانشناسی

آگاهی یکی از مهم‌ترین مفاهیم در یوگاست.

بـا این آگـاهی، انسـان به کشف درون خود و به گرفتگی‌هـای فیزیکی بـدن خود پی می‌برد و برای باز کردن این گرفتگی‌ها تلاش می‌کند.

جسم و ذهن از یکـدیگر جـدایی ناپذیرند. بدن، شـکل ناویژه ذهن است و ذهن، شـکل ناویژه بدن. تمرین یوگا این دو را هماهنگ می‌کند.

هر عقـده روانی، یک مطابقت فیزیکی با عقـده‌های عضـلانی دارد. از این روست که یوگا هماهنگی و هارمونی لازم را بین سیسـتم اعصـاب و غـدد مترشـحه داخلی ایجـاد می‌کنـد و این همـاهنگی به صورت مسـتقیم بر سیسـتم‌های داخلی و انـدام تاثیر می‌گـذارد. گرایش به یوگا یعنی شناخت روانی و ذهنی انسان. از این روست که می‌توان یوگا را روانشناسی نام نهاد. [۲۴]

سیستم انرژی بدن: بدن‌ها، نادی‌ها، چاکراها

در یوگا عقیده بر اینست که انسان دارای هفت بدن یا کالبد می‌باشد.

این بدن‌ها عبارتند از:

بدن مادی، بدن اثیری، بدن اختری یا ستاره‌ای، بدن ذهنی، بدن روحانی، بدن کیهانی و بدن نیروانی. بنا بر این انسان، غیر از بدن مادی که با حواس فیزیکی درک می‌شود، دارای کالبدهای تو در توی دیگریست که واقعیت دارد اما با حواس ظاهری قابل درک نیستند. هر کدام از آنها دارای انرژی، شکل و رنگ خاصیست و با بدن فیزیکی در ارتباط مستقیم است.

هر یک از بدن‌های فوق، ارتعاشات مخصوص و فرکانسی خاص دارد؛ مثلا بدن اتری که به بدن فیزیکی نزدیک است پایین‌ترین ارتعاش را از نظر فرکانس دارد. به هر میزان به بدن‌های بالاتری دسترسی پیدا کنیم فرکانس‌های انرژی آن بیشتر و بالاتر می‌شود. هر یک از بدن‌ها رقصی از انرژی هستند و هر گاه انسان رو به رشد باشد، فرکانس‌های مربوط به بدن افزایش می‌یابد. آگاهی هر بدنی به میزان ارتعاشات بستگی دارد. ارتعاشات و امواج انرژی بدن‌های مختلف در یکدیگر نفوذ می‌کنند ولی کسی که قادر به دیدن آنها باشد تفاوت میان آنها را تشخیص می‌دهد. [۲۵] سیستم انرژی بدن غیر از بدن انرژی شامل دو بخش دیگر هم می‌شود یکی نادی‌ها و دیگری چاکراها، لذا سیستم انرژی بدن در اصل شامل سه بخش می‌شود:

بدن‌های لطیف یا بدن‌های انرژی نادی‌ها یا کانالهای انرژی چاکراها یا مراکز انرژی. [۲۶] در بدن ما مراکز نامریی انرژی و مجاری متافیزیکی انرژی وجود دارند، که به آنها «نادی» گفته می‌شود. نادی‌ها ساختارهایی در بُعد ماورایی انسان می‌باشند که در حد وسط چاکراها و سیستم عصبی قرار گرفته‌اند.

بدین معنا که انرژی‌های ماورایی ورودی به چاکراها، توسط نادی‌ها به گونه‌ای تغییر و تبدیل می‌یابد، تا بتواند به سیستم عصبی منتقل شود. به اعتقاد برخی از متافیزیسیت‌ها در بدن انسان هفتاد و دو هزار (۷۲۰۰۰) نادی وجود دارد که چهارده تای آنها اصلی هستند.

مهم‌ترین نادی‌های بدن انسان، سه نادی «آیدا»، «پینگالا» و «سوشومنا» است.

این سه نادی از انتهای ستون فقرات تا ساقه مغز امتداد دارند. سوشومنا در مرکز ستون فقرات مستقیماً به طرف بالا امتداد دارد. این نادی بر کانال مرکزی نخاع منطبق است.

آیدا و پینگالا در اطراف نخاع در جهت‌های مخالف با هم تقاطع دارند و به همین حالت در هم تنیده شده، تا بالاترین قسمت ستون فقرات ادامه می‌یابند. این نادی‌ها معادل لهای روحی سیستم‌های عصبی سمپاتیک و پاراسمپاتیک می‌باشند. این اعصاب، فعالیت‌های غیرارادی کالبد فیزیکی مانند ضربان قلب، هضم غذا، ترشح غدد و حرکات دودی را کنترل می‌کند.

به طور کلی سیستم پاراسمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر بازدارنده دارد در حالی که سیستم سمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر تحریکی داشته، سرعت آنها را بالا می‌برد. برای مثال در هنگام استرس با فعال شدن سمپاتیک ضربان قلب، سرعت تنفس، گردش خون و فعالیت سیستم عصبی افزایش می‌یابد. اما در همین حال فعالیت دستگاه گوارش از جمله حرکات معده و روده و ترشح بزاق کاهش پیدا می‌کند.

نادی آیدا در ارتباط با سیستم عصبی پاراسمپاتیک عمل می‌کند و عملکرد نادی پینگالا در ارتباط با سیستم عصبی سمپاتیک است.

این سه نادی مهم از طریق سوراخ‌های بینی با تنفس (دم و بازدم) در ارتباط هستند.

هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت چپ بینی انجام می‌گیرد، نادی آیدا فعال است، در این حالت انسان برای کارهای فکری و ذهنی آمادگی دارد. هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت راست بینی انجام می‌گیرد نادی پینگالاـ فعال است، در این حالت

انسان سرشار از نیروی فیزیکیست و برای فعالیت جسمانی آمادگی دارد. پس پینگالا با جنبه‌ی فیزیکی و آیدا با جنبه‌ی ذهنی وجود انسان در ارتباط است.

آیدا اثر خنک کننده و پینگالا اثر گرم کننده دارد. آیدا و پینگالا قادرند مستقیما حیات را دریافت و به مراکز انرژی بدن منتقل کنند.

نادی‌ها را باید پاکسازی کرد یوگا برای پالایش و پاکسازی کانالهای انرژی موثرند آنها در این زمینه شبیه طب سوزنی عمل می‌کنند تمرین‌های تنفسی یوگا، کانال‌ها را پاک و انرژی بدن را که به آن پرانا می‌گویند متعادل می‌سازد. [۲۷]

پرانا

پرانا که به معنای حرکت دائمیست [۲۸] ماحصل انرژی‌های نهفته در جهان و انسان است.

مرکز پرانا قلب انسان بوده و جلوه ظاهری آن، تنفس است.

پرانا غالباً همراه هوا وارد بدن شده و باعث می‌شود بدن، سرزندگی و قدرت اندیشیدن بیابد. [۲۹] پرانا نمایانگر تمام فرمهای انرژیست و در امواج مختلف، ظاهر می‌شود. یکی از فرمهای انرژی، هواست و تنفس یکی از راههاییست که از آن پرانا دریافت می‌کنیم. سطح آگاهی هر موجودی، بستگی به امواج پرانا دارد که برای انسان قابل جذب می‌باشد و آیدا و پینگالا مستقیما پرانا را از طریق تنفس می‌گیرند و مواد سمی را به همراه بازدم به بیرون تخلیه می‌کنند.

از زمانی که موضوع کندالینی و انرژی آن در غرب مطرح شد، گروه‌های زیادی متشکل از دانشمندان و محققان یوگا شروع به تکمیل دیدگاه‌های خود کرده‌اند.

برخی اظهار می‌کنند که وجود پرانا، نادی‌ها، چاکراها و مریدین‌ها در طب سوزنی به وسیله تحقیقات علمی و آزمایشگاهی به اثبات رسیده [۳۰] اما همانطور در قسمت نقد یوگا خواهد آمد چنین سخنی درست نیست.

کندالینی

کندالینی که در زبان سانسکریت به معنای چمبره زده چون مار است، به نیروی نهفته در ما که موجب خود درمانی، ادراک عمیق و نبوغ خلاق می‌شود، اشاره دارد. به عبارتی کندالینی، انرژی به ودیعه گذاشته شده در درون چاکرای مولادهارهاست که کانون خفته‌ای در نقطه بین مقعد و آلت در مردان و در ناحیه گردن رحم در زنان است.

هنگامی که این انرژی از منبع خود، آزاد می‌گردد، از طریق نادی سوشومنا در هیأت پرانا به سمت بالا صعود می‌کند؛ [۳۱] در کندالینی یوگا قصد بر اینست که ما متوجه شویم که قدرت واقعی هر شخص از درون حاصل می‌شود و بدانیم که می‌توانیم بر قدرتی فراتر از نیروی عضلات تکیه کرده و بر جریان روح و انرژی در بدن خود اطمینان داشته باشیم. در پرتو چنین قدرتی، پیشرفت و ترقی به شیوه زندگی تبدیل می‌شود. فلسفه کندالینی یوگا را می‌توان در یک کلمه خلاصه کرد:

«ایستادگی کردن»؛ به این معنا که در انجام هر تمرین، هنگامی که ادامه دادن مشکل می‌شود و شخص، تصمیمی آگاهانه برای ادامه دادن و ایستادگی کردن می‌گیرد، به مرحله‌ای بالاتر از آنچه هست دست یافته و زندگی خود را دگرگون می‌کند.

در حقیقت، هر تمرینی در کندالینی یوگا، می‌تواند نماد زندگی ما در ابعادی بسیار کوچک باشد.

استادان کندالینی یوگا میان چگونگی انجام شدن تمرین توسط یک کارآموز و چگونه زندگی کردن وی ارتباط مستقیمی می‌بینند.

گفته می‌شود اگر کنـدالینی یوگا به طور مـداوم و منظم انجام شود می‌توانـد سیسـتم عصبی را تقویت کرده، سیسـتم غـدد را متعادل نموده و انرژی ذهن و احساسات را تحت کنترل درآورد. در حالی که فنون عمومی یوگا بر تمرینات وضـعیت اندام و تنفس متمرکز هستند، کندالینی، با وارد کردن یوگا به فعالیت‌های روزمره، آن را یک گام به جلو برده است؛ [۳۲]

چاکراها

چاکراها مراکز ظریف و بسیار پر قدرتی از انرژی هستند که پرانای کیهانی را دریافت کرده، مانند یک مبدّل ولتاژ، آن را کاهش یا افزایش می‌دهند و در اختیار ارگان‌ها و قسـمت‌های مختلف بدن قرار می‌دهند. این مراکز روانی همانطور که پرانا را برای عملکردها و قسـمت‌های مشخص بدن مورد استفاده قرار می‌دهند، به همان نسبت می‌توانند به عنوان ماشه‌ای برای بیدار کردن توانایی‌های برتر و آگاهی‌های عمیق‌تر به کار روند. [۳۳] در بدن آدمی، چاکراهای انبوهی هست ولی اصلی‌ترین آنها هفت چاکرا می‌باشد.
هر چـاکرایی ارتبـاطی مسـتقیم بـا یک سـری از ارگان‌های بـدن دارد. تاثیرات این چاکرها در عملکرد این ارگان‌ها و همچنین تاثیر بخشی در عملکرد روحی و روانی ما است.

وظایف چاکرا

چاکراها وظایفی دارند از جمله:
۱) جذب، گوارش و توزیع پرانا (انرژی حیاتی) در بخش‌های مختلف بدن بر عهده آنهاست.
۲) کنترل، تقویت و مسؤولیت درست کار کردن کالبـد جسـمانی و اعضای مختلف آن را بر عهـده دارنـد. غدد درون ریز به وسـیله بعضـی از چاکراهای اصـلی تنظیم می‌شونـد و انرژی می گیرنـد. با کنترل و دست کاری چاکراهای اصـلی می‌توان غدد درون ریز را تحریک یا مهار کرد. تعداد زیادی از ناخوشی‌ها تا حدودی ناشی از خوب کار نکردن چاکراها هستند.
۳) بعضی از چاکراها مراکز استعدادهای روانی هستند.
فعال سازی چاکراهای خاص، ممکن است باعث توسعه یافتن استعدادهای روانی خاص شود. برای مثال چاکراهای کف دست برای فعال کردن، آسانترین و امن‌ترین چاکراها هستند.
با فعال کردن چاکراهایی که در مرکز کف دستها قرار دارند فرد می‌تواند توانایی خود را در احساس کردن انرژی‌های لطیف، هاله درونی، هاله تندرستی و هاله بیرونی توسعه دهد. این کار با تمرکز کردن به سادگی انجام می‌شود.

فعال سازی چاکرا

تمرینات و تکنیک‌هایی که می‌توانـد این مراکز را فعال سازند متعدد و ویژه هسـتند و نیاز به کسب مهارت طی چند ماه تا چند سال است.
توانایی و قدرت‌های حاصل از فعال شدن انرژی چاکراها، کرامت یا سیدهی نامیده می‌شود و به معنای قدرت‌های روحی است.
شناخت چاکراها کمک می‌کند تا خود و اطرافتان را بهتر بشناسید.

انواع چاکراها، رنگ و کارکرد هر کدام

۱ – چاکرای مولادهارا که در نزدیک مقعد است، رنگ این چاکرا قرمز است و کارایی آن بر روی استخوان بندی و ماهیچه‌ها بر روی کلیه‌ها و غدد فوق کلیه بر روی اندامهای جنسی و فعالیت‌های جنسی است.

عملکرد این چاکرا نگهداری، بقا و استواری را بسیار می‌کند و حس امنیت را در شخص افزایش می‌دهد؛ به عبارتی امنیت، بقا، ارتباط، پول، خانه، توانایی بنا کردن و حاضر بودن در زمان و مکان. همچنین این چاکرا ارتباط مادر با شخص را منعکس می‌کند و با احساس شخص در رابطه با بودنش بر روی زمین و همچنین با جسم در ارتباط است.

تنش‌هایی که در جسم بوسیله این چاکرا کنترل می‌شود در قسمت‌هایی که به این چاکرا ارتباط دارد نشان داده می‌شود.

۲ – چاکرای سوادهیستانا، که میان ناف و آلت تناسلی است، رنگ این چاکرا نارنجیست و کارایی آن بر روی روده و فشار خون است.

عملکرد این چاکرا در بروز خشم و نفرت و کینه یا حس شرافت است.

سوادهیستانا نقطه مرگ و زندگی است.

این چاکرا به قسمتی از آگاهی که مربوط به غذا و روابط جنسیت مربوط است.

ارتباط این چاکرا با درون است و اینکه جسم به چه چیزی نیاز دارد و چه چیزی او را خشنود می‌سازد. توانایی شخص برای داشتن بچه نیز در ارتباط با این چاکرا است.

۳ – چاکرای مانی پورا که روی ناف است و به آن چاکرای شبکه خورشیدی نیز می‌گویند. رنگ این چاکرا زرد است و محل استرس، غرورهای بیجا، منیت‌ها و ذّلت و خواری است.

متانت و وقار و نرمی در این چاکرا مایه ایجاد آرامش می‌شود.

۴ – چاکرای آناهاتا، که در قلب است، رنگ این چاکرا سبزاست و بر روی قلب و ریه‌ها کارساز است.

عملکرد این چاکرا به باز کردن قلب کمک می‌کند تا قلب شما را به سمت عشق، به سمت دوست داشتن و به سمت زیبایی‌ها باز کند.

۵ – چاکرای ویشود ها که در زیر قسمت گلو است، رنگ این چاکرا آبیست و بر روی تارهای صوتی و تیرویید کارساز است.

عملکرد این چاکرا در بالا بردن خلاقیت و ابراز درون یا نشان دهنده بیان کردن و دریافت کردن است در اینجا بیان کردن می‌تواند از طریق ارتباط برقرار کردن با چیزی که می‌خواهید و یا چیزی که احساس می‌کنید باشد و همچنین می‌تواند به صورت هنری مانند نقاشی هنرمند، موسیقی یک موسیقیدان و استفاده از اشکال برای بیان درون خود باشد.

۶ – چاکرای آجنا که در فضایی بین دو ابرو است، رنگ این چاکرا نیلیست و بر روی چشم و غده هیپوفیز و غده صنوبری کارساز است و بر روی حافظه، تأثیر می‌گذارد. عملکرد این چاکرا با مدیتیشن کردن (تی ام) فراوان، به باز کردن چشم سوم، کمک است.

۷ – چاکرای ساهاسارا یا چاکرای تاج یا لوتوس هزار گلبرگ، دارای رنگ سفید و گاهی بنفش است و محل آن در قله سر قرار دارد. انرژی ایزدی از این چاکرا وارد بدن می‌گردد. با مدیتیشن کردن فراوان عمل اشراق در این چاکرا اتفاق می‌افتد. به عبارتی این چاکرا به احساس یگانگی و جدایی مربوط است و ارتباط ما را با زمین و همچنین با پدرمان نشان می‌دهد. چاکرای هفتم نمایانگر ارتباط با پدر است که ارتباط ما با قدرت را نشان می‌دهد. وقتی کسی احساس جدایی از پدرش را تجربه کرده باشد این چاکرا را می‌بندد و احساس تنهایی و انزوا را تجربه می‌کند.

مثل اینکه در پوسته‌ای قرار گرفته باشد و نتواند با اطراف خود ارتباط برقرار کند؛ [۳۴]. این چاکراها در کالبد اثیری هستند و

چرخش آنها در مردان به سمت راست (در جهت عقربه‌های ساعت) و در زنان به سمت چپ می‌باشد.
به گفته سوامی موکتانانـدا: شـما هر گز با مطالعه کردن کتب علمی و یا کتب عرفانی، قادر به کشف کردن آنها در داخل کالبد تان نخواهید بود.
دانشـمندان، هنوز موفق نشده‌اند این چاکراها را در دستگاه‌های خود، ثبت کنند زیرا این چاکراها ماهیتی بی‌اندازه لطیف و نامملوس و نامحسوس دارند. [۳۵]

بخش ۳؛ یوگای عملی

اشاره

یوگای عملی بر پایه مبانی نظری یوگا و اهداف یوگی استوار است.
یوگای عملی به روش‌ها، آداب و اعمالی اشاره دارد که یوگی با رعایت آنها به اهداف مورد نظر خود می‌رسد. می‌توان گفت یوگا در تفسیر قـدیمی‌تر آن روش عملی نظـام یـافته‌ایست که به هـدف عـاری شـدن از هر گونه فعـالیت ذهنی و در نتیجه رهایی از رنج انجام می‌شود گرچه در نگرش امروزی، انواع یوگا چنان گسترش یافته که به هدف رفع مشـکلات روحی روانی زندگی امروزی به کار می‌رود.

یوگای میانه و یوگای افراطی

از گذشته عمدتاً دو روش کلی یوگا مطرح شده است [۳۶]:
یوگای میانه و یوگای افراطی. راه میانه که در کتاب گیتا آمـده است وظایفی نه چنـدان دشوار برای زدودن پلیـدی‌های دل پیشـنهاد می‌کند.
در این روش، یوگی بایـد در محلی پاک و ناهموار خلوت گزینـد، ذهن خود را به یک نقطه متمرکز نماید، بر ذهن خود تسـلط یابد و سر و گردن و جسم را بی‌حرکت نگه دارد. افراط در خوردن یا تفریط در آن و زیاد خوابیـدن یا زیاد بیدار ماندن، مانع موفقیتند. راه افراطی که در رساله یوگاسوترا نوشته پاتانجالی آمده روشی ضد انسانی و طاقت فرساست؛ به نیازهای طبیعی توجه نمی‌کند و بر خلاف خواسته‌های طبیعی وظایفی را بر یوگی مقرر می‌نمایـد. در این روش، خلوت گزینی به جای تحرّک بدن، حبس دم به جای تنفس طبیعی، خاموشی افکار به جای اندیشه ورزی و توجه به یک نقطه به جای آزادی توجه، قرار می‌گیرد و خلاصه در این روش بـا تمرینات بسیار دشوار، حیات درونی و ذهنی انسان منهـدم می‌شود. یوگای میانه به عشق و عواطف انسانی توجه می‌کنـد ولی در یوگای افراطی از آن خبری نیست. حبس دم در یوگای گیتا جایگاهی نـدارد و تنها به معنای قربانی باطنی آمده است اما در یوگای کلاسیک پاتانجالی یکی از مراحل هشتگانه یوگا به شمار می‌رود. [۳۷]

وضعیت‌های ذهن و دو روش یوگا

اسـاس روش یوگا بر جلوگیری و خود داری است؛ [۳۸] تصـورات و تصـرفات ذهنی که همواره و پی در پی برای ذهن رخ می‌دهد

باعث می‌شود نفس، واقعیت خود را نشناسد و همیشه در رنج به سر برد. جلوگیری از این تصرفات با از کار انداختن کامل ذهن صورت می گیرد و در پی آن نفس به حقیقت خود خواهد رسید. [۳۹] حالت‌ها و وضعیت‌هایی که ذهن به خود می گیرد پنج تاست:

۱. نااستوار و بی‌قرار

۲. رخوت زده و خموده

۳. گیج و آشفته

۴. متمرکز و تثبیت شده

۵. مهارزده و روی گردانده این حالات نسبت به یکدیگر متضادند و هر یک دیگری را کنار می‌زنند. نیل به یوگا در همه این حالات ممکن نیست. [۴۰] تنها دو مرحله آخر است که زمینه ساز رسیدن به یوگا و توقف کامل ذهن است.

در این دو مرحله عنصر «سات وا» در بیشترین و بالاترین درجه در ذهن پیدا می‌شود و انسان را برای رهایی و آزادی کامل یاری می‌رساند. [۴۱] در حالت پنجم همه تصرفات و فعالیت‌های ذهنی متوقف می‌شود و به آن سامادهی گفته می‌شود. از این رو دو گونه یوگای اصلی وجود دارد:

سام پراج ناتا و اَسام پراج ناتا نوع اول بسته به موضوعی که بر آن تفکر و تدبر می‌شود چهار قسم دارد:

۱ – ساوی تارکا که ذهن بر روی شیء خشن مادی جهان بیرونی مانند مجسمه یک اله یا الهه متمرکز می‌شود.

۲ – ساوی چارا که ذهن به ماهیت آن شیء و ذوات اشیای مادی متمرکز می‌شود.

۳ – سانان دا که ذهن بر روی اشیای لطیف تری چون جوهر اشیا تمرکز داده می‌شود و در نتیجه چیستی و ماهیت ذوات برای آن آشکار می‌شود.

۴ – ساس می‌تا که در آن شیء، هم ذات با خویشتن یوگی می‌شود و نفس خود را با آن یکی و همانند می‌داند. در واقع در این مرحله انسان نفس یا خود واقعی خود را می‌یابد و نفس داننده همان خویشتن اوست. وقتی ذهن مراحل پیشین را یکی پس از دیگری طی نمود به جایی می‌رسد که از اندیشه درباره همه چیز آزاد می‌شود و به مرتبه اَسام پراج ناتا یا یوگای تمام عیار نایل می‌شود. اینجا نقطه پایانی همه فعالیت‌های ذهنی است و نفس به شعور و آگاهی محض رسیده از وجود مطلق، مجرد و قائم به ذات خود بهره‌مند می‌شود و از همه دردها و رنج‌ها می‌رهد. البته برای رسیدن به این مرحله تلاش مستمر و بسیار لازم است و این طور نیست که یک شبه بتوان به آن رسید. [۴۲] بر اساس آنچه گفته شد به این نتیجه می‌رسیم که یوگا روشی برای خودشناسیست و خودشناسی را تنها از راه کنار گذاشتن ذهن و تصرفات ذهنی که مبدأ رنج انسان هستند ممکن می‌شمارد. تصرفات ذهنی شخصیت انسان را دچار بحران و باز پیدایی مستمر می کند و رهایی از آنها مایه رسیدن به شخصیت و خود واقعی و مطلق است.

روش‌های یوگا

اشاره

یوگا به عنوان رویکردی معنوی از قدیم به صورت‌های مختلفی رواج یافته است.

این رویکردها به عنوان شکل‌های مختلف یوگا شناخته شده و در فرهنگ‌های دیگر نیز مشابه آنها یافت می‌شود. در واقع هر یک از این شیوه‌ها متناسب با شخصیت‌های مختلف انسان است.

البته گاه چند شیوه به صورت ترکیبی و آمیخته نیز به کار گرفته می‌شود. [۴۳] از این رو شش روش اصلی برای یوگا بر شمرده‌اند

:[۴۴]

۱ – منتره یوگا یا یوگای اصوات

در این نوع یوگا کلمات، جملات و اصوات مخصوص برای ایجاد تمرکز و تعالی فکر استفاده می‌شود. ارتعاش‌های صدا از عوامل مؤثر در حصول تمرکز است؛ [۴۵]

۲ – کرمه یوگا یا یوگای اعمال خوب

این یوگا با روحیه برون گرایی همراه است و شامل انواع فعالیت‌های نوع دوستانه می‌شود که در راستای خدمات عمومیست نظیر تأسیس بیمارستان، برپایی آموزش‌های عمومی، مهمان نوازی، پیشه وری، کشاورزی و غیره.

۳ – بهکتی یوگا یا یوگای اخلاص

در این نوع یوگا مراسم معنوی و عبادی ستایش خدا و تمرکز بر خدا به صورت‌های گوناگون نظیر دعاها، مزامیر، اشعار وجدآمیز و اذکار خالصانه مطرح است.
برخی در توجیه جامعه شناختی بهکتی یوگا ریشه آن را در تمایل انسان با اتحاد با قدرتی برتر می‌دانند. گاه از آن به یوگای عشق تعبیر می‌شود. [۴۶]

۴ – جنانا یوگا یا یوگای معرفت

در این یوگا بر مطالعه نوشته‌های مقدس و ژرفنگری در آنها و نیز مطالعه درباره هستی و سرشت خود تأکید می‌شود. حاصل این بینش اینست که فراسوی جهان زودگذر، حقیقت مطلق ازلی و غیر قابل شناخت وجود دارد. این حقیقت مطلق واقعیت اساسی وجود انسان‌ها (آتمن) است که در آیین هندو به نام برهمن و در بودا به نام شونیاتا (خلأ) است.
این مطلب همان اتحاد و یگانگی آتمن و برهمن است که در متون مقدسی چون بریهدارنیکه اوپانیشادها به صورت «من برهمنم» آمده است؛ [۴۷]

۵ – هاتا یوگا یا یوگای کنترل جسم

مهار جسم و امیال آن می‌تواند انرژی‌های مادی را به انرژی معنوی تبدیل کند.
این کنترل با حالات مختلف بدنی و تمرینات جسمی، ذهنی و فکری صورت می‌پذیرد. این نوع یوگا که امروزه در غرب رواج دارد از مکتب تانترا که محور آن توجه به جسم و تن است سرچشمه گرفته است.
این روش در آغاز در این مکتب برای آزاد کردن انرژی کندالینی صورت می‌گرفته است؛ [۴۸] انرژی کندالینی نیروی حیاتی بنیادی یا همان نیروی جنسی است؛ [۴۹] تمرینات و حرکات عملی متعدد هاتا یوگا کانال ظریفی می‌گشاید که از ارگان‌های جنسی به طرف ستون فقرات تا فرق سر جریان می‌یابد. این کانال از هفت چاکرا تشکیل شده است.
انرژی مزبور بعد از فعال شدن، از دو نادی (آب گذر) که از موضع انرژی کندالینی تا فرق سر و در نهایت سوراخ چپ و راست بینی امتداد دارند عبور می‌کند این دو نادی به صورت متقاطع در موضع چاکراهای هفتگانه به یکدیگر می‌رسند و آنها را فعال می‌کنند.

فلسفه این برنامه اینست که خدای شیوا یعنی جوهر آگاهی در چاکرای فرق سر قرار دارد در حالی که شکتی یا همسر او که انرژی خلاق مادی دارد در پایین‌ترین چاکرا است.

با تمرینات یوگایی انرژی کندالینی نهفته در پایین‌ترین قسمت کانال صعود کرده با شیوا مقاربت می‌کند.

در نتیجه این مقاربت، ماده با انرژی ممزوج شده و شیوا در روح بشری پیدا می‌شود. [۵۰] رسیدن این انرژی به بالاترین چاکرا انسان را به مرحله سامادی می‌رساند.

۶ – راجا یوگا یا یوگای کنترل ذهن

اصول این نوع یوگا در یوگا سوترای پاتانجالی که از جمله متون مقدس هندیست آمده. این نوع یوگا با هاتا یوگا پیوندی قابل توجه دارد.

گفته‌اند همه یوگاها از سطح هاتا یوگا شروع و به راجا یوگا پایان می‌یابد. [۵۱] این دو اغلب با هم انجام می‌شوند گرچه در میزان استفاده از هر یک اختلاف وجود دارد. در هر حال هدف هاتا یوگا تسلط بر بدن و هدف راجا یوگا تسلط بر ذهن است؛ [۵۲]

مراحل هشتگانه یوگا پاتانجلی

اشاره

[۵۳] پاتانجالی برای خلوص ذهن و پالایش آن از ناپاکی‌های اندیشه و مهار امواج ذهنی آدابی را قرار داد که به راه‌های هشتگانه یا واجبات و تکالیف هشتگانه معروف شد.

این هشت راه به صورت مرحله‌ای به یکدیگر وابسته و متوالی هستند و اجمالا عبارتند از:

پرهیزگاری، پرورش عادات، پرورش اندام، مهار تنفس، بازداری از محسوسات، توجه، مراقبه (مدیتیشن)، تمرکز (سامادهی). اینک تفصیل هر کدام [۵۴]:

اصل اول؛ یاما

یعنی خویشتن داری و پرهیزگاری که شامل موارد زیر است:

پرهیز از هر گونه آسیب رساندن به موجودات صداقت و راستی در اندیشه و گفتار دزدی نکردن مهار خواهش‌های نفسانی و امیال جسمانی نپذیرفتن صدقه و هدایای غیر لازم

اصل دوم؛ نیاما

یعنی پرورش عادت‌های نیکو در خویشتن. این عادت‌ها عبارتند از:

طهارت و پاکسازی بدنی با نظافت و مصرف خوراک‌های پاک و طهارت ذهنی با احساسات و عواطف پاک رضایت از شرایط زندگی زهد و تحمل در برابر سختی‌ها مطالعه منظم و مستمر متون دینی مراقبه (مدیتیشن) و تفکر درباره خدا

اصل سوم؛ آسانا

یعنی پرورش اندام نیرومند و خدمتگزار به روح. سلامتی بدن زمینه ساز تمرکز ذهنی است و بیماری‌ها و آثار مزاحم دستیابی به

تمرکز را دشوار می کند.

اصل چهارم؛ پرانایاما

یعنی کنترل و مهار تنفس به معنا وقفه در فرایند تنفس. این وقفه یا پس از بیرون دادن هوا یا پس از فرو بردن آن صورت می گیرد و یا به صورت حبس نفس است.

پیروان یوگا معتقدند ریتم فرایندهای تنفسی، بر روی نوسان‌های ذهنی اثر می گذارد و موجب انصراف ذهن از تمرکز می‌شود. کنترل تنفس به بدن و ذهن قدرت و استحکام می‌بخشد و به ویژه موجب تمرکز ذهن می‌شود. اصل پنجم:

پرات یاهارا یعنی بازداشتن حواس از اشیای محسوس توسط ذهن. با این کار حواس دنبال اشیای محسوس که مربوط به آنهاست نمی‌روند و فقط از ذهن فرمان می‌برند و در نتیجه مزاحم ذهن نخواهند شد؛ البته دستیابی به این مرحله بسیار دشوار است.

این پنج اصل، «یاوران بیرونی یوگا» نام دارند و سه اصل بعدی چون مستقیما به نوع خاصی از یوگا مربوط می‌شوند «یاوران درونی یوگا» نامیده می‌شوند.

اصل ششم؛

دهارانا یعنی متوجه کردن یا فیکس کردن ذهن روی یک شیء مشخص؛ عضوی از بدن مانند ناف، نقطه میان دو ابرو و ... یا شیء خارجی مانند ماه، شعله و ... موفقیت در این مرحله زمینه صعود به مرحله بالاتر است.

اصل هفتم؛ دهی یانا

یعنی مراقبه یا مدیتیشن به معنای سرازیر شدن و تمرکز بی‌وقفه اندیشه بر روی یک شیء. تداوم تمرکز، یوگی را به حقیقت زنده آن شیء می‌رساند و ذهن می‌تواند حقیقت آن شیء را در وجود او بازآفرینی کند.

اصل هشتم؛ سامادهی

یعنی تمرکز مطلق. در این مرحله، ذهن در شیءای که بر آن تمرکز نموده چنان ژرف می‌شود که از خود بیخود شده و در آن محو و گم می گردد به گونه‌ای که تفاوت بین خود و آن شیء را ادراک نمی کند بلکه به صورت خود شیء درآمده و عین آن می گردد. شیء، خالی از محتوا و مشخصات و صورت جلوه می کند و در طبیعت ذاتی خود ادراک می‌شود و ذهن عین آن می‌شود. [۵۵] در این مرحله فقط موضوع تفکر وجود دارد اما عامل تفکر یعنی ذهن وجود ندارد و در نتیجه انسان به فرایند تفکر توجهی نمی کند.

ترجمه فارسی واژه سامادهی دشوار است با این حال به چند صورت تفسیر شده است:

«حالت مشاهده»، «تمرکز نیروی ذهنی و معنوی»، «تفکر و مراقبه»، «همانندی مطلق» و «استغراق معنوی». [۵۶] سامادی دارای مراتب بسیاریست که بالاترین آنها مقام «زنده آزادی» (ارهت) است.

این سه مرحله اخیر معطوف به تمرکز بر روی یک شیء می‌باشد یعنی نخست باید توجه خود را بر آن شیء متمرکز نمود بعد درباره آن مراقبه (مدیتیشن) کرد و بالاخره بر آن تمرکز مطلق نمود. از ترکیب این سه اصل سام یاما تشکیل می‌شود که برای دستیابی به یوگا ضرورت دارد.

بخش ۴؛ اهداف و فواید یوگا

یوگا در هند باستان به عنوان روشی برای رهایی انسان از رنج مطرح بوده و این هدف همواره درباره یوگا منظور بوده است اما در عصر جدید با توجه به مشکلات بشر امروزی یوگا برای اهداف متنوع دیگری به کار می‌ورد. از این رو در دو بخش به بیان اهداف یوگا می‌پردازیم:

اهدافی که یوگا از گذشته به قصد آنها به کار می‌رفته عمدتاً رهایی انسان از تصورات، تصرفات و تموجات ذهنی و رسیدن به آزادی مطلق بوده است؛ [۵۷] گرچه از این اهداف به عبارات گوناگون یاد می‌شود همگی را می‌توان در عبارت بالا خلاصه نمود. چنانکه گذشت ریشه پایه‌گذاری یوگا و ریاضت‌های طاقت فرسای آن باور به تناسخ روح و گرفتاری انسان در گردونه باز پیدایی است.

از این رو در یوگا به هدف خاموشی کامل حیات ذهنی و روانی و انهدام صور دیرینه ذهنی که محصول آثار کردار پیشین است فنون و آدابی ابداع شده است تا از این طریق زمینه باز پیدایی انسان و گرفتاری مجدد او در رنج‌های پیاپی از بین برود. اینجاست که انسان به مقام فنا و آزادی مطلق دست یافته است.

در دوران متأخر، یوگا در عرصه زندگی عمومی وارد شده و بیشتر به هدف رهایی او از گرفتاری‌ها و مشکلات بشر امروز و زندگی پیشرفته به کار گرفته می‌شود. امروزه زندگی بشر، پیچیده، پر دردسر، پراکنده، استرس زا، بیماری آور، پر تنش و اضطراب آور شده است.

مشکلات روحی، ذهنی، جسمی، اجتماعی، کاری، شخصیتی، عصبی و غیره انسان‌ها را می‌آزارد. در چنین شرایطی یوگا روشیست برای برقرارساختن ارتباط ذهن و جسم و ایجاد تعادل و آرامش ذهنی، کامل نمودن شخصیت انسانی و آزادسازی آن از تفکرات احساسی (کنترل احساسات)، رفع مشکلات بغرنج زندگی، برطرف کردن فشارهای فیزیکی، رهایی از تنش‌ها، بهینه سازی روابط اجتماعی، تأمین صلح و شادی و آرامش اعصاب و خلاصه زندگی بهتر همراه با آرامش و بدون تنش و فشار. [۵۸] شری یوگن دراجی می گوید:

هدف یوگا رهایی و آزادسازی شخصیت از قید تفکرات احساسات و عکس العمل‌هایی که در نتیجه خودآگاهی انباشته می‌شوند است.

تنها چنین است که ذهن یا عقل متعادل به دست می‌آید. [۵۹] آموزش یوگا روشی برای زندگیست که فرد، اجتماع و شخصیت ملی و تصور نسبت به جوانی را تغییر داده و به او کمک می‌کند تا جامعه بهتری را برای فردا داشته باشد.

یوگا شخصیت انسانی را برای زندگی کاملتر و غنی‌تر کامل نموده تا بتواند به تنهایی به اعلا رسیده و بهترین‌ها را به دست آورد. [۶۰] با پی گیری این اهداف، فوایدی برای انسان حاصل خواهد شد نظیر تناسب جسمانی، قناعت، خرسندی، دوری از بیماری، بهبود بیماری‌ها، تقویت ذهن و تمرکز و کارایی بیشتر آن، بردباری و انصاف از راه حذف مشکلات ناشی از فشارهای عصبی و... [۶۱]

بخش ۵؛ نقد یوگا

اشاره

آنچه در این نوشته از نظر گذشت، معرفی یوگا بود.

در این زمینه بی‌دریغ و فراخور مجال، آنچه پیروان یوگا گفته‌اند بازگو شد؛ با این حال درباره یوگا با گسترش فراوان جهانی آن و

افزایش نگـارش و نشـر کتاب و نشـریه در این زمینه و تولیـد آثار چنـد رسانه‌ای و تأسیس مراکز آموزشـی به چنـد نکته بایـد توجه داشت:

یک؛ ریشه یوگا کجاست!

ریشه یوگا نامعلوم است و مبدأ آن روشن نیست. معلوم نیست چه کسی و بر چه اساسی آن را پی ریزی نموده است.
برخی ریشه آن را در ریگ ودا دانسته و برخی دیگر در عناصر شمنیسم یافته‌اند.
در اساطیر و افسانه‌ها این تعلیمات را به خـدایان هندی (مظاهر احدیت) نسبت می‌دهند. پاتانجلی نیز خود را بنیانگذار آن نمی‌داند.
[۶۲] از این رو شاید بتوان گفت مفاهیمی چون بدن‌ها، نادی‌ها و چاکراها معلوم نیست چرا مطرح شده‌اند.
آیا نوعی تشـریح رازوارانه بدن انسان بوده یا چیزی دیگر! گویا حضور این عناصر در افسانه‌ها و اساطیر، نوعی تقدس به آنها داده و اقوام بعدی که آمده‌اند بر اینها تأکید نموده و در پی جستجوی حقیقت آنها برنیامده‌اند.
تاکنون هم مفاهیم مطرح در یوگا توسط علم پزشکی تأیید نشده است.

دو؛ بن بست روش شناختی

یک پرسـش که درباره مبانی یوگا به ذهن می‌رسد اینست که گویندگان این مطالب، چه دلیلی بر این گفته‌ها و نوشته‌ها دارند؟ آیا این گفته‌ها را بایـد با خوش باوری پـذیرفت یا بایـد دنبال دلیلی نیز برای آنها گشت! بـدون شک هر ادعایی نیاز به اثبات دارد. اگر یک ادعا از راه صحیح، اثبات شد «صادق» نامیده می‌شود و اگر اثبات نشد «کاذب» خواهد بود.
هر ادّعا یک گزاره است و بر اساس تنوع گزاره‌ها، راه اثبات آنها نیز متفاوت است.
به طور کلی گزاره‌ها از نظر راه اثبات به سه دسته تقسیم می‌شود:
الف: گزاره‌های تعبّدی که راه اثبات آنها استناد به وحی الهی است.
ب: گزاره‌های عقلی که راه اثبات آنها استفاده از دلایل منطقی و استدلال عقلی است.
ج: گزاره‌هـای تجربی که راه اثبـات آنها تجربه است؛ [۶۳] بـا توجّه به این مطلب، آنچه در یوگـا گفته می‌شود ماننـد این که انسان دارای کالبدهای مختلف، کانال‌های انرژی و چاکراهاست از چه راهی اثبات شده است؟
گزاره‌های یوگا نه گزاره‌های عقلیست تا بتوان با اسـتدلال عقلی آنها را به اثبات رسانـد چنانکه معتقدان به یوگا نیز از چنین روشـی استفاده نکرده‌انـد و نه گزاره‌های تعبـدی تا دلیلی از کتاب آسـمانی داشـته باشـند چنانکه پیروان یوگا نیز به دلیلی از کتاب مقـدس تمسک نکرده‌اند.
حال که راه عقل و وحی برای یوگا اثری ندارد آیا می‌توان با روش تجربی ادعاهای مطرح در یوگا را پذیرفت؟ یکی از دانشـمندان غربی بـه نـام دیویـد فونتانـا کـه متخصـص در زمینـه روان شناسـیست مطالعـات فراوانی از این منظر به ادیـان بزرگ داشـته و کتـابی ارزشمند به نام «روان شناسی دین و معنویّت»، نوشته است.
کتاب وی به همّت انجمن روان شناسان بریتانیا و انتشارات بلک ول در سال ۲۰۰۳ به زبان انگلیسی در اختیار خوانندگان قرار گرفته است.
او معتقـد اسـت مسأله انرژی (و بـه دنبـال آن، سیسـتم انرژی بـدن) بـا روش‌هـای دانشـگاهی قابـل اثبـات نیست. وی در این کتـاب

می گوید:
در شرایطی که پزشکی قادر نیست به سنجش انرژی‌های ظریفی مانند «چی» و «پرانا» [۶۴] بپردازد، پزشکان مجرب چین و هند، تردیدی در وجود و نقش مهمّ آنها در شفای جسم، ذهن و روح ندارند. پزشکان غربی که روش‌های دانشگاه‌های شرق را مطالعه کرده‌اند این عقیده را اظهار می کنند که انرژیِ چی، با فناوری پزشکی جدید، قابل سنجش نیست. [۶۵] بنا بر این گزاره‌های فوق، از نظر تجربی نیز قابل اثبات نیستند. بنا بر این آنچه در یوگا درباره انرژی، بدن‌های هفتگانه و چاکراها مطرح می‌شود تنها حاصل تجربه‌های درونی یوگی‌های هندی مانند پاتانجلی و امثال اوست. در اینجا می‌توان پرسید:
آیا تجربه درونی چنین افرادی برای دیگران، حجت است و کورکورانه باید آنها پذیرفت!؟

سه؛ خلأ خداشناسی و معاد باوری

بر اساس نوشته‌های معتقدان به یوگا در آیین یوگا، بدن و دنیا معبد تلقی می‌شود و تمام تلاش آنها و اعمال آنها بر این امر نهادینه شده است که بدن انسان را از رنج در آورده و به آرامش برساند و آن هم آرامش دنیوی؛ اما باید گفت که در باب نسبت دنیا و آخرت سه دیدگاه وجود دارد:
اول اینکه انسان دنیا پرست باشد و آخرت را نفی کند.
٪٪دوم اینکه انسان آخرت گرای افراطی شده، دنیا را نفی کند که این همان رهبانیت است.
سوم اینکه انسان آخرت گرای دنیا طلب شود. یعنی به قدری از دنیا برگزیند و به گونه‌ای برگزیند که در راستای آخرت او باشد.
تنها فرض مقبول از نظر قرآن، فرض اخیر است.
«و ابتغ فیما اتاک الله الدار الاخره و لا تنس نصیبک من الدنیا» [۶۶]
در آنچه خدا به تو داده، سرای آخرت را بطلب و بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن. مبنای عرفان اسلامی اصالت دادن به آخرت است و دنیا تا آن هنگام که در مسیر اصلاح آخرت و زندگی ابدی انسان باشد مطلوب است.
در یوگا اساساً اعتقاد به معاد مطرح نیست. آموزه تناسخ در یوگا بیانگر بازگشت متوالی انسان به دنیاست و این چرخه تا بی نهایت ادامه خوهد یافت مگر وقتی که انسان به پایان یوگا یعنی خاموشی ذهن و رسیدن به آگاهی مورد نظر یوگا دست یابد ولی به هر حال در یوگا، سخنی از زندگی اخروی نیست. چنانکه در یوگا مانند سایر مکاتب هندی، سخنی از خدا نیست؛ آن خدایی که مبدأ و منتهای هستی است؛ «هو الاول و الآخر» [۶۷] و راه نجات بشر را از طریق نمایندگان خود به انسان‌ها نشان داده است.
بنا بر این آرمان یوگا به زندگی دنیوی انسان، منحصر می‌شود و چنین چشم اندازی برای زندگی انسان، با دلایلی که بر ضرورت معاد گفته شده [۶۸] ناسازگار است.

چهار؛ ویژگی‌های ناسازگارانه یوگا با طبع انسان

از نظر برخی پژوهشگران در زمینه ادیان و مکاتب فلسفی هند راه یوگا از همان اول پیدایش، روشی معکوس در مقابل جریان طبیعی حیات بوده است.
هدف غایی یوگا انهدام کامل شخصیت ذهنی و روانی انسان است و برای نیل به این مقصود یوگا آداب و فنون چندی ابداع کرده است که خاصیت غیر انسانی و حتی می‌توان گفت ضد انسانی دارد. انسان، پرورده اجتماع است، یوگا دستور عکس می‌دهد و

می‌خواهـد آدمی، خود را از هیـاهوی اجتمـاع بر کنـار زنـد و از لذایـذ حواس، امساك نمایـد. انسان متحرك است، نفس می کشـد می‌نوشـد، می‌خـورد و می‌خوابـد، انس می‌ورزد و دل به این و آن می‌بنـدد، یوگـا برای حرکت فطری انسـان، سـکون مطلـق تجـویز می‌کنـد و در برابر جریان طبیعی حیات و نفس کشـیدن و دم فرو بردن، حبس دم را می‌آموزد. آدمی در بنـد پیـچ و خم اندیشه‌ها و گردابهـای نفسـی سـر گردان است و انـدیشه خود را هر دم به شـیءای معطوف می‌سـازد و زنـدگی روانی انسان متشـکل از اسـتمرار لحظـات متـوالی شـناخت‌های گونـاگون است، یوگـا بـدین جریـان طـبیعی فعـالیت ذهنی، قرار و ثبـات تزلزل ناپـذیری می‌بخشـد و می‌خواهد اندیشه و ذهن را از سرگردانی بر حذر بدارد و آن را به نکته‌ای واحد متوجه بسازد تا بدین نحو امواج ذهنی فرو نشیند و منشأ صور نفسـانی خـاموش گردد و تموجـات ذهنی و نفسـانی پایان یابـد. کلیه فنون یوگا متوجه همین نکته است یعنی انجام دادن عکس آنچه که آدمی بدان خوی گرفته است در واقع واژگونی کلیه ارزش‌های انسانی هدف واقعی یوگاست؛ [۶۹]

پنج؛ فرار به سوی یوگا

ریشه پایه‌گذاری یوگا رهایی از رنج و فعالیت‌های ذهنی بوده است اما امروزه یوگا بعد از رواج در غرب، چنان گسترش یافته که به هـدف رفع انواع مشـکلات روحی، روانی و جسـمی برآمـده از وضـعیت زنـدگی بشـر امروزی به کـار می‌رود. این گسـترش نشـان می‌دهد انسان معاصـر که بار زندگی مدرن را بر دوش می‌کشد دچار سـرگردانی و سردرگمی شده و دنبال راه چاره‌ای برای درمان و در پی مرحمی برای زخم‌هـای جـان خود می‌گردد. اینجاست که طبیبان راه گمرده‌ای، راهنمای سرگشـتگان می‌شونـد و هر راهی که انـدك فایـده درمانی برای بیمار ولی سودهای مادی برای درمانگر در پی دارد به آنان نشان می‌دهند اما آیا مشـکل اصـلی بشـر حل خواهد شد یا همانطور، زندگی با ابهامات پیرامون خود بر رنج بشر خواهد افزود.

شش؛ رفتار سلبی

همت اصلی یوگا و هدف نهایی آن، خاموش نمودن ذهن و زدودن رنج از زندگی انسان و رساندن او به ساحل آرامش است.

این یک رویکرد سـلبی است؛ زیرا از نگاه قرآن، این دنیا برای انسان، قرین رنج است و ریشه کن نمودن رنج و رهایی از آن ممکن نیست؛ «لَقَـدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي كَبَـدٍ» [۷۰] مـا انسـان را در رنـج آفریـدیم. رنـج را از زنـدگی انسان نمی‌توان زدود بلکه بایـد آن را مـدیریت نمود. تنها راه مدیریت رنج، پیروی از دسـتورات و برنامه‌های عملی اسـلام است که با بینشـی درست درباره خدا، هستی و انسان و برنامه‌هایی جامع، زندگی او را به سوی سعادت ابدی راهنمایی می‌کند.

در اسـلام، زندگی در زندگی دنیوی خلاصه نمی‌شود بلکه بخش اصـلی زندگی انسان، پس از دنیاست و در دنیا چند سالی معدود زنـدگی خواهـد نمود. در آموزه‌های اسـلامی، توجه انسان‌ها به یکدیگر، رعایت حقوق انسان‌ها، انفاق، گذشت، بخشـش و انس و محبت مطرح است.

اسـلام برنامه‌های فراوانی برای مـدیریت اجتماع انسانی دارد و با برنامه‌های اجتماعی و نیز برنامه‌های فردی، مفهوم عبادت و معنویت را گسترش داده و به تمام ابعاد و فرازهای زندگی انسان سرایت داده است.

در اسـلام نسـبت به زنـدگی بـا رویکرد فعّـال برخورد می‌شود نه رویکرد منفعلانه؛ از انزوا و گوشه نشـینی و فردگرایی که به معنای فرار از زندگیست پرهیز داده می‌شود و به رفتارهای فعالانه توصیه می‌شود در حالی که یوگا فقط به فرد و زدودن اندیشه‌های مزاحم و فعالیت‌های ذهن او می‌اندیشد.

البته چنین تلاشی گذشته از باورهای ناصواب درباره زندگی، برای زدودن رنج از زندگی انسان نتیجه‌ای به بار نمی‌آورد.

هفت؛ فردمحوری

انسان موجودی اجتماعی است.
کثرت نیازهای جسمی و روحی انسان باعث می‌شود گرایش به اجتماع با فطرت او سازگارتر باشد.
ایجاد اجتماع، گذشته از زدودن نیازهای انسان، بستری برای رشد و تعالی او فراهم می‌آورد تا از این راه به رشد معنوی دست یابد.
دین اسلام بیشتر از هر آیینی به جامعه بیشتر توجه نموده و با این حال از توجه به فرد هم دور نمانده است.
اهمیت اجتماعی بودن تا جاییست که حتی در فردی‌ترین مقررات از قبل نماز و روزه، توجه به اجتماعی بودن، وجود دارد [۷۱] اما در یوگا فرد انسان محوریت دارد [۷۲] و همه تلاش‌ها در راستای نجات فرد هزینه می‌شود و به جنبه اجتماع که ابزاری کارساز برای زدون رنج انسانی است توجهی نمی‌شود.

هشت؛ فقدان زیبایی شناسی

جمال و زیبایی از ویژگی‌های عالم هستی و نظام احسن است.
در این میان انسان از بهره جمال بیشتری نسبت به سایر موجودات برخوردار است.
چنان که خدای متعال وقتی انسان را آفرید و از روح خود در او دمید خود را با صفت زیبای «احسن الخالقین» [۷۳] ستود. بنا بر این دیدن زیبایی‌های آفرینش انسان، برخوردی منصفانه با پدیده‌های خلقت است.
از سوی دیگر یکی از ابعاد وجودی انسان، علاقه به جمال و زیبایی است؛ انسان در همه شئون زندگی، زیبایی را دخالت می‌دهد؛ لباس می‌پوشد برای جلوگیری از سرما و گرما؛ اما زیبایی لباس را هم در نظر دارد، برای سیر شدن غذا می‌خورد و در زیباسازی غذا و سفره دقت می‌کند خانه می‌سازد برای سکونت و استراحت اما به زیبایی آن هم توجه می‌کند [۷۴] برای تفریح، سعی می‌کند از زیبایی‌های مناظر، پرندگان، درختان، کوهستان، آبشارها و سایر زیبایی‌های هستی لذت ببرد و خلاصه آن که زیبایی را برای خود و اطراف خود و آنچه به او مربوط می‌شود دوست دارد و دنبال آن می‌رود اما یوگا که به رنج آمیز بودن زندگی انسان اعتقاد دارد زندگی را جز رنج و تیرگی نمی‌داند؛ یوگا بینشی حقیقی به هستی ندارد. رنج گرچه همواره در زندگی انسان هست اما تنها بخشی از زندگی اوست و نه همه. در خلقت انسان زیبایی‌های بی‌شماری وجود دارد که برای کشف آنها و رسیدن به آنها باید تلاش کرد نه آنکه تمام تلاش را برای رهایی از رنج صرف نمود. در جای جای قرآن کریم دو دسته از زیباییها مورد توجه قرار گرفته است:
یک دسته از زیبایی‌ها در وجود خود انسان است.
آنگاه که انسان به خود توجه می‌کند در اعضای خود حکمت آفریننده را به نظاره می‌نشیند و در روح خود، قدرت و دانش او را متجلی می‌بیند. این دسته از آیات «آیات انفسی» شمرده شده‌اند و دسته دیگر زیبایی‌های موجود در پیرامون انسان است؛ چه انسان آنگاه که به بیرون از خود می‌نگرد شگفتی‌های آفرینش در آسمان و زمین، اوصاف الهی را برای او متجلی ساخته و زیبایی‌های هستی را در منظر او به نمایش می‌گذارد. به این دسته از آیات «آیات آفاقی» گفته می‌شود.

نه؛ فاصله یوگا با عرفان

اگر یوگا برای کالبد فیزیکی یا متافیزیکی انسان فوایدی در بر داشته باشد چه ارتباطی با عرفان دارد. در یوگا تکنیک‌هایی مطرح می‌شود و گفته می‌شود انسان از طریق آنها به آرامش عصبی یا ذهنی می‌رسد و بعضی از بیماری‌های او نظیر افسردگی، درمان می‌شود اما چنین چیزهایی عرفان نیست. عرفان مؤلفه‌های خاصی دارد؛ مانند تقرب به خدا، رهایی از دنیا و زمان و مکان، یافتن راهی به نام مکاشفه برای دریافت مستقیم حقیقت، توجه به باطن و درون جهان و انسان و استفاده از ریاضتی که بر اساس شریعت باشد و در نهایت یافتن آرامشی که با اعتماد به قدرت و علم بی‌پایان الهی حاصل شود. [۷۵] یوگا نه تنها با عرفان فاصله دارد بلکه برخی پژوهشگران بر عدم تأثیر معنوی آن تأکید کرده و گفته‌اند:

نیل به معنویت از طریق یوگا تضمینی ندارد. [۷۶] از سوی دیگر ادعای دروغین معنویت داشتن یوگا این خطر را در پی خواهد داشت که برخی افرد سودجود مدعی شوند که به اهداف تمرینات معنوی یوگا دست یافته‌اند؛ [۷۷]

منابع

۱. شایگان، داریوش، ادیان و مکتبهای فلسفی هند، ج ۱ و ۲، مؤسسه انتشارات امیرکبیر، چ ششم، تهران، ۱۳۸۶.

۲. تویسن گرترود، آرامش مطلق، م. رازگردانی، ع. عبدالهی، ناشر: ثالث ۳. طوسی، خواجه نصیر الدین، آغاز و انجام مقدمه و شرح و تعلیقات از آیت الله حسن زاده آملی، انتشارات فرهنگ و ارشاد اسلامی ۱۳۷۴.

۴. فعالی، محمد تقی، آفتاب و سایه‌ها، نجم الهدی، چ چهارم، تهران، ۱۳۸۷.

۵. سبحانی، جعفر الالهیات قم، المرکز العالمی للدراسات الاسلامیهٔ، ۱۴۱۲ ق.

۶. بایرناس، جان، تاریخ جامع ادیان، ترجمه: علی اصغر حکمت، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، چ هفدهم، تهران، ۱۳۸۶.

۷. اشو، شری، تعلیمات تعلیمات تانترا (کندالینی / یوگا) – ۱ و ۲، ترجمه: فرشته جنیدی، ناشر: هدایت الهی، چ اول، تهران ۱۳۸۱

۸. سای بابا، ساتیا، تعلیمات ساتیا سای بابا، ترجمه: رؤیا مصاحبی محمدی، تعالیم حق، چ اول، تهران ۱۳۸۳

۹. شیرازی، صدر الدین محمد، الحکمهٔ المتعالیهٔ فی الاسفار العقلیهٔ الاربعهٔ، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ۱۹۸۱.

۱۰. شیواناندا، سوامی، دم گستری در یوگا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم، میترا، تهران، ۱۳۸۱،

۱۱. فونتانا، دیوید، روانشناسی دین و معنویت، ترجمه: ا. ساوار، نشر ادیان، چ اول، تهران ۱۳۸۵

۱۲. شامبهوناد، پاندیت، راهنمای کامل و عملی یوگا، ترجمه: بهناز منجیی آزاد، نشر آزمون، تهران، ۱۳۸۳.

۱۳. هینلز، جان آر، فرهنگ ادیان جهان، ترجمه: گروه مترجمان، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان، چ اول، تهران ۱۳۸۶

۱۴. مطهری، مرتضی، مجموعه آثار استاد شهید مطهری، تهران، انتشارات صدرا، مجلدات مختلف

۱۵. چاترجی، وداتا، معرفی مکتب‌های فلسفی هند، مترجم؛ فرناز ناظرزاده، دانشگاه ادیان و مذاهب، اول / بهار ۱۳۸۴ (کد: ۲۴)

۱۶. روح بخش، عباس، نخستین گام در یوگا و چگونه مراقبه کنیم، کتاب سرا، تهران ۱۳۷۸

۱۷. هویت، جیمز، یوگا، ترجمه: امید اقتداری، ققنوس، تهران، ۱۳۷۷

۱۸. دوی، نیجالا جویی، یوگا برای شفا بخشی، مترجم شهره عبدالهی، نشر اسرار دانش، تهران، ۱۳۸۰.

۱۹. نیرانجاناندا سارا سواتی، سوامی، یوگا و انرژی درمانی، ترجمه: جلال موسوی نسب، فراروان، چ دوم، تهران ۱۳۸۷.

****

پی‌نوشت

[۱]. داریوش شایگان، ادیان و مکتبهای فلسفی هند، ج ۲، مؤسسه انتشارات امیرکبیر، مؤسسه انتشارات امیرکبیر، تهران، ۱۳۸۶، ص ۳۰۷، چاترجی و داتا، معرفی مکتب‌های فلسفی هند، ترجمه: فرناز ناظرزاده، دانشگاه ادیان و مذاهب، ۱۳۸۴، ص ۵۶۰.

[۲]. داریوش شایگان، همان، ج ۲، ص ۶۳۰.

[۳] همان، ج ۱، ص ۳۰۶.

[۴]. همان، ج ۲، ص ۶۲۵.

[۵]. همان، ج ۱، ص ۶۲۵.

[۶]. همان، ج ۲، ص ۶۳۱.

[۷]. همان، ص ۶۳۴.

[۸]. همان، ص ۶۳۳.

[۹]. همان، ص ۶۳۲.

[۱۰]. چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵؛ پاندیت شامبهوناد، راهنمای کامل و عملی یوگا، ترجمه: بهناز منجیی آزاد، نشر آزمون، تهران، ۱۳۸۳، ص ۶۳۱.

[۱۱] داریوش شایگان، همان، ج ۲، ص ۶۴۸ و ۶۴۹ و چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵.

[۱۲] همان، ص ۵۴۶.

[۱۳] داریوش شایگان، همان، ص ۶۴۹.

[۱۴] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵.

[۱۵] یکی از آموزه‌های اصلی ادیان هندی آموزه رنج و نجات است.

از دیدگاه ادیان و مکاتب هندی، انسان همواره در رنج است.

این مکاتب درباره منشأ رنج و راه نجات، اختلاف نظر دارند. برخی منشأ آن را اشتیاق و آرزوها می‌دانند، برخی جهل و برخی ذهن. برای نجات، برخی چون جینی‌ها (پیروان آیین جَین) به ریاضت‌ها سخت روی می‌آورند، برخی چون بودایی‌ها راه‌های هشتگانه بودا را دنبال می‌کنند و برخی، مانند پیروان تانترا، جسم را معبد قرار می‌دهند. در یوگا راه نجات، معرفت است.

[۱۶] جان، بایرناس، تاریخ جامع ادیان، ترجمه: علی اصغر حکمت، شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، تهران، ۱۳۸۶، ص ۲۶۷ – ۲۶۹.

[۱۷] ر. ک:

سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، یوگا و انرژی درمانی، ترجمه: جلال موسوی نسب، فراروان، تهران ۱۳۸۷، ص ۳۶.

[۱۸]. داریوش شایگان، همان، ج ۲، ص ۶۴۷ و ۶۳۰.

[۱۹]. چاترجی و داتا، همان، ص ۵۵۰.

[۲۰]. همان، ص ۵۵۳ و سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ص ۳۷.

[۲۱]. چاترجی و داتا، همان، ص ۵۵۴.

[۲۲]. پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۵۹ و سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ص ۲۹.

[۲۳]. داریوش شایگان، همان، ص ۶۵۰ و ۶۶۱.

[۲۴]. پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۵۹ و ۱۶۷.

[۲۵] محمّد تقی فعالی، آفتاب و سایه‌ها، نگرشی بر جریان‌های نوظهور معنویت گرا، تهران، عابد، ۱۳۹۰، ص ۱۰۸.

[۲۶]. ر. ک:

نیجالا جویی دوی، یوگا برای شفا بخشی، مترجم شهره عبدالهی، نشر اسرار دانش، تهران، ۱۳۸۰.

[۲۷]. سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ۷۵ و ۸۰.

[۲۸] «نا» به معنای حرکت و «پرا» به معنای همیشگی است.

سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ص ۷۴.

[۲۹] ر. ک:

سوامی شیواناندا، دم گستری در یوگا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم، میترا، تهران، ۱۳۸۱، ص ۲۳ تا ۱۳۳.

[۳۰]. سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ۹۶ تا ۱۰۶.

[۳۱]. همان، ۲۰ و ۶۶.

[۳۲]. داریوش شایگان، همان، ص ۷۱۴ و سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ص ۲۰ به بعد.

[۳۳] همان، ص ۶۵.

[۳۴]. همان، ۹۶ الی ۱۰۶.

[۳۵]. ر. ک به کتابهای: هوارد کنت، یوگا، وشلیلا شارامون، چاکرا درمانی و سوامی نیرانجاناندا ساراسواتی، یوگا و انرژی درمانی ترجمه جلال موسوی نسب.

[۳۶] داریوش شایگان، همان، ج ۱، ص ۳۰۹.

[۳۷] همان، ص ۳۱۴.

[۳۸] پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۶۳ و ۱۶۶ و چاترجی و داتا، همان، ص ۵۵۶.

[۳۹] همان، ص ۵۵۶.

[۴۰] همان، ص ۵۵۷.

[۴۱] همان، ص ۵۵۸ و ۵۵۹.

[۴۲] همان، ص ۵۶۰.

[۴۳] دیوید فونتانا، روانشناسی دین و معنویت، ترجمه: ا. ساوار، نشر ادیان، تهران ۱۳۸۵، ص ۱۱۵.

[۴۴] همان، ص ۱۱۵ به بعد.

[۴۵] جیمز هویت، یوگا، ترجمه: امید اقتداری، ققنوس، تهران، ۱۳۷۷، ص ۲۶.

[۴۶] دیوید فونتانا، همان، ص ۱۲۷ و جیمز هویت، همان، ص ۲۶.

[۴۷] دیوید فونتانا، همان، ص ۱۳۰ و ۱۳۱ و جیمز هویت، همان، ص ۲۵.

[۴۸] عباس روح بخش، نخستین گام در یوگا و چگونه مراقبه کنیم، کتاب سرا، تهران ۱۳۷۸، ص ۱۴.

[۴۹] جان آر. هینلز، فرهنگ ادیان جهان، ترجمه: گروه مترجمان، مرکز مطالعات و تحقیقات ادیان، تهران ۱۳۸۶ ص ۶۷۱.

[۵۰] دیوید فونتانا، همان، ص ۱۱۶ و ۱۱۷.

[۵۱] همان، ص ۱۳۹.

[۵۲] جیمز هویت، همان، ص ۲۷.

[۵۳] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۶۳، داریوش شایگان، همان، ج ۲، ص ۶۶۷ به بعد، پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۶ تا ۱۸، به بعد، جان بایرناس، همان، ص ۲۷۰.

[۵۴] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۶۴.

[۵۵] داریوش شایگان، همان، ص ۶۹۰.

[۵۶] همان، ص ۶۸۸.

[۵۷] ر. ک. همان، صص ۶۲۵ و ۶۲۷ و ۶۲۹ و ۶۳۰ و ۶۴۶ و ۶۵۴ و ۶۶۱ و ۷۰۱.

[۵۸] ر. ک. پاندیت شامبهوناد، همان، صص ۶ و ۱۷ و ۱۲۴ و ۱۵۷ و ۱۵۹ و ۱۶۲.

[۵۹] همان، ص ۱۵۷.

[۶۰] همان، ص ۱۶۳.

[۶۱] همان، صص ۱۵ و ۲۲ و ۱۵۸.

[۶۲] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵؛ پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۶۳۱.

[۶۳] محمّد تقی فعالی، همان، ص ۱۲۰.

[۶۴] «چی» و «پرانا» به معنای انرژی است.

[۶۵] دیوید فونتانا، همان، ص ۱۲۴.

[۶۶] قصص: ۷۶.

[۶۷] حدید: ۳.

[۶۸] بنگرید به آیت الله سبحانی، الالهیات علی هدی الکتاب و السنهٔ، قم، المرکز العالمی للدراسات الاسلامیهٔ، ۱۴۱۲ ق، ج ۴، ص: ۱۵۸ و صدر الدین محمد الشیرازی، الحکمهٔ المتعالیهٔ فی الاسفار العقلیهٔ الاربعهٔ، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ۱۹۸۱، ج ۹، ص ۲۴۱ و خواجه نصیر الدین طوسی، آغاز و انجام، انتشارات فرهنگ و ارشاد اسلامی ۱۳۷۴، ص: ۸۸.

[۶۹]. داریوش شایگان، همان، ص ۶۲۹.

[۷۰] بلد: ۴.

[۷۱] بنگرید به مرتضی مطهری، مجموعه آثار استاد شهید مطهری، انتشارات صدرا، ج ۲، ص: ۲۴۲.

[۷۲] در آموزه‌های مکتب سانکهیه نیز گفته شد که جهان از روح‌های منفرد جدا از یکدیگر تشکیل شده است.

[۷۳] مؤمنون ۱۴.

[۷۴] مرتضی مطهری، همان، ج ۲، ص: ۲۷۸.

[۷۵] محمد تقی فعالی، همان، ص ۱۲۲.

[۷۶] ر. ک. : دیوید فونتانا، همان، ص ۱۲۳.

[۷۷] همان.

نقد عرفان یوگا

[تاریخچه یوگا]

حمزه شریفی دوست

تاریخچه یوگا [۱] یا به عبارت فارسی «جوک» که از طرفی به عنوان ورزش و از طرفی دیگر به عنوان راه حقیقت مورد توجه است [۲] هر چند در کشور ما نوظهور است اما بنا به اعتقاد هندوها سابقه طولانی ۲۰۰۰ ساله دارد. امروزه یوگا در مناطق مختلفی از جهان تعلیم داده می‌شود. مهمترین کشوری که یوگا در آن جایگاه ویژه‌ای دارد کشور هند است به گونه‌ای که ۲۰۰۰ مرکز آموزش یوگای بیحای هند توسط دولت به عنوان دانشگاه شناخته شده‌اند؛ [۳] در پاره‌ای از مراکز هند نظام تعلیم و تربیت به سبک یوگا مورد اهتمام است {روش یوگانیدرا که اصول آن مربوط به قوانین کنترل و تربیت ذهن است}. [۴] پتنجلی [۵] موسس یوگاست که حدود قرن قبل دوم میلاد مبانی و مسائل مربوط به یوگا را مدون نموده است [۶] پتنجلی در کتاب مشهور خود موسوم به یوگاسوترا مراحل و طرق مربوط به مشهورترین طریق یوگا (راجا یوگا) را تبیین نموده است [۷] فلسفه نظری سانکیهه که یکی از مکاتب فلسفی هند است اساس و پایه یوگاست [۸] ریشی کاپیلا ـ فلسفه سانکیهه را پایه ریزی کرد و یوگا در حقیقت جلوه عملی این فلسفه است.

سانکیهه فرضیه‌های اثبات خدا را تجزیه و تحلیل نموده و آن را برای اثبات خدا ناکافی دانسته است و در ابطال این ادله مدعی شده «وجود و عدم وجود خدا با نحوه تمرین‌های روحی شخص رابطه ندارد.» از سوی دیگر بودیسم و یوگا در اصول اولیه واجبات و پرهیزها و مفاهیم فلسفی بسیار به هم نزدیک‌اند. [۹] بنا به گفته کتاب هاتایوگا پردایپیکا که از قدیمی‌ترین منابع آیین ودایی است،

انواع یوگا

اشاره

چهار نوع یوگای اصلی وجود دارد؛

کارمایوگا،

بهاتکی یوگا،

گیانایوگا،

راجایوگا.

کارمایوگا

رسیدن به وحدت از طریق کار و خدمت است.

بهاتکی یوگا

رسیدن به وحدت از طریق محبت به همنوع و عشق به خدا و تکرار ذکر است.

گیانا یوگا

درک وحدت از روش یادگیری علم و ارتقاء آگاهیست

راجایوگا

رسیدن به مرتبه وحدت از طریق کنترل و پرورش ذهن و روان است؛ [۱۰] البته با نگاهی دیگر اقسام دیگری هم برای یوگا برشمرده‌اند.

مهمترین شاخه‌های یوگا از دیدگاه سلوکی «راجایوگا» است که مستقیماً به ذهن پرداخته می‌شود و تمام سلوک آن مبتنی بر تمرینات ذهنی است؛ [۱۱] اکثر انواع یوگا در بهگود گیتا که خود را کتاب مقدس یوگا می‌نامد شرح داده شده است که البته در قرون اخیر بعضی اساتید برجسته یوگا، ترکیبی از یوگای گوناگون را تدریس کرده‌اند؛ [۱۲] هندوها معتقدند که شیوا (یکی از خدایان باستانی هندو)

خدای کشنده و مهلک و فنا کننده موجودات می‌دانند البته از آن جایی که برای او صفات پیچیده و مظاهر گوناگون هم ذکر کرده‌اند او را سرچشمه حیات و زمان و منشأ دگرگونی و باز آفرینی هم ذکر کرده‌اند.

به گفته هندوها، او در جنگل‌ها زندگی می‌کند و خدای یوگا و نگهدارنده یوگی‌هاست؛ [۱۳] بنا به ادعای هندوها یوگا طریقت عملی و غیر آیینی گسترش آگاهی بود که در هند قدیم مرسوم بود و در مقابل آن طریق آیینی هند قرار داشته که در دست برهمنان بود، اما در یوگا این محدودیت وجود نداشت، به همین جهت فراگیر شد و در تاریخ ماندگار شد؛ [۱۴]

یوگا در ایران

یوگا امروزه در کشور ایران از فضای کتابخانه و باشگاه‌های ورزشی گذشته و به محیط کوچه و بازار و محیط کار و اماکن آموزشی و مدارس سر درآورده است.

بسیاری از مردم به ویژه جوانان یوگا را می‌شناسند و تعداد قابل توجهی از یوگا کارها، از یوگا به عنوان راه حقیقت خواهی و طریق ورود به عالم معنا نام می‌برند و از تاثیرات مثبت آن در زندگی می‌گویند. با سیری گذرا در فضای مجازی روشن می‌شود که یوگا به زبان فارسی حجم بالایی را به خود اختصاص داده است به گونه‌ای که با یک جستجوی ساده در اینترنت در مورد واژه «یوگا» بیش از ۵۳۰ هزار یافته و نتیجه در باب یوگا فقط به فارسی پیدا می‌شود و بیش از ۵۰۰ مطلب به زبان فارسی در سایت‌ها و وبلاگ‌ها خود را نشان می‌دهد و ۳۵ پایگاه الکترونیک مستقل جهت تبلیغ یوگا در فضای سایبر عرض اندام می‌کند.

به علاوه ۱۵۴ عنوان کتاب و ۳۹۹ پایان نامه و مقاله در مورد یوگا در کتابخانه ملی جمهوری اسلامی به ثبت رسیده است.

هر چند تعداد زیادی از کتاب‌های یوگا در مورد تکنیک‌ها وفنون یوگا به فارسی تالیف یا ترجمه شده است اما تنوع موضوعاتی که یوگا به آنها پرداخته است علت اصلی نفوذ یوگا در ایران بوده است.

به عنوان مثال کتاب‌هایی در موضوع یوگای پس از زایمان و یا یوگای صورت منتشر شده است.

نکته قابل ذکر این که تقریباً در تمامی کتاب‌های یوگا به «عرفان بودن یوگا» اشاره شده است و در بسیاری از این کتاب‌ها، مبانی این ادعا، توضیح داده شده است.

ماهیت یوگا و مراحل آن اساتید برجسته یوگا در توضیح یوگا می‌گویند:

«برای رسیدن به تعالی می‌بایست جسم و روح انسان یکی شود و در صورت یکی شدن است که شخص به کمالات انسانی، تهذیب اخلاق و سلامت جسم و ذهن نایل می‌شود ... در یوگا ادعا می‌شود انسان از طریق یوگا به خود آگاهی رسیده و به خویشتن

خویش پی می‌برد و قادر به شناخت و دیدن حقیقت می‌شود» [۱۵] مروجین اصلی یوگا این مکتب را نه فقط یک ورزش بلکه معبری برای وصول به حقیقت می‌دانند. «مفهوم یوگا بسیار عمیق‌تر از آن است که بین عوام شایع است، عده‌ای آن را ورزش می‌دانند، گروهی فکر می‌کنند با یوگا می‌توانند به زیبایی و تناسب اندام برسند ولی هدف یوگا متعالی‌تر از موارد فوق است، شخص ضمن خودشناسی به سلامت جسم و ذهن نایل گشته و نهایتاً ٪ به آرامش درون دست می‌یابد.» [۱۶] یوگا در بالاترین سطح به ادعای آگاهی وحدانی عارف اشاره دارد که در آن فرد از من (نفس) خارج می‌شود و سرشت روحانی او شکوفا می‌شود. [۱۷]

[مراحل یوگا]

اشاره

فرایند یوگا را هشت مرحله شمرده‌اند [۱۸]:

«یاما (اعمال و رفتاری که عموم باید انجام دهند)،

نیاما (اعمال و روش‌های شخصی)،

آسانا (حرکات)،

پرانایاما (کنترل تنفس)،

پراتی‌ها را (اعمال فکری و کنترل احساسات)،

دهارانا (تمرکز)،

دیانا (مدی تیشن)

و ساما دهی (خودشناسی و حقیقت) [۱۹]

در یوگا انجام سه مورد اول مورد اهتمام همگانی است و با هدف سلامت جسمی و تفکر آگاهی ساز مورد عمل قرار می گیرد.

[یاما]

در مرحله اول (یاما) دسته ای از دستورات عمومی و همگانی از جمله:

صداقت، پرهیز از دزدی، محدودیت در عمل جنسی، دوری از مال و ثروت و هواهای نفسانی توصیه می‌شود.

[نیاما]

در قدم دوم (نیاما) مجموعه‌ای از قوانین و رفتارهای شخصی که شامل روش‌های معین فیزیکی و روانی می‌باشد تعقیب می‌شود مانند قناعت، ریاضت، خودآگاهی و اعتقاد به خدا.

[آسانا]

مرحله سوم (آسانا) شامل نگهداری بدن در حالات ویژه به منظور رشد و پیشرفت بدن و آرامش فکر است که پاکیزگی در مجرای کانال‌ها و رسیدن به نیروی حیاتی به جسم و ذهن به عنوان هدف در این مرحله مورد نظر است.

شرح روش‌های یوگا را می‌توان در کتاب‌های متعدد هندو از قبیل وداها، اوپانیشادها، بهگودگیتا و تانتراها دید. [۲۰] سه مرحله آخر در یوگا، یوگای درونی [۲۱] نام دارد و ۵ مرحله اول یوگای بیرونی نام گرفته است.

تمامی هشت مرحله در یوگا به «آشتانگایوگا» معروف است؛ [۲۲] روش هشتخوان پتنجلی قرنها چهارچوبی رایج برای تعلیم و تدریس یوگا بوده است؛ [۲۳] امروزه در یوگا، تمرکز فراوانی برحرکات و اعمال و تکنیک‌های جسمی یوگا (آساناها) صورت می‌گیرد که هدف‌هایی از قبیل انقباض و انبساط شش‌ها، انعطاف ستون فقرات، تخلیه مناسب مواد زاید بدن، بالا رفتن مقاومت بدن در مقابل بیماری‌ها، تصفیه خون و جریان صحیح خون با این تمرینها مورد لحاظ قرار می‌گیرد و طی آن تکنیک‌های مختلفی در حالت‌های نشسته، شکمی، حرکات دست، حالت دو زانو، حالت سر آموزش داده می‌شود. در یوگا زمانی به فرد «استاد» گفته می‌شود که بتواند حرکات فیزیکی (آسانا) را بدون حرکت اضافی انجام دهد. [۲۴] هر چند در سه مرحله اول یوگا اهداف روانی و روحی هم مورد نظر است اما در مرحله پرانایاما [۲۵] چهارمین رکن در راجایوگای پانا نجلی است.

اما پرانایامای مطرح شده در هاتایوگا تمرینات تنفسی خاصیست که مقدمه رسیدن به پرانایامای پاتا نجلی است؛ [۲۶] که یک فرایند تنفسیست نگاه معنوی و عرفانی برجسته می‌شود و یوگا خود را به مرز عرفان نزدیک می‌کند، در این مرحله هر چند در بدو نظر، ورود و خروج منظم هوا مطرح است اما از نگاه یوگیست‌ها با این فرایند تنفسی «نیروی حیات!» کنترل و منظم می‌شود. [۲۷] به ادعای ایشان پرانا چیزی فراتر از هواست.

چیزیست که در حقیقت نیروی حیاتیست و شامل نیروی تحریکی تمام عناصر در زمین می‌شود که منشأ نیروی اندیشه است و نیروی حیاتی هر موجود زنده است؛ [۲۸] از همین جاست که پیوستگی میان پرانا و نیروی روح خود را نشان می‌دهد و در نهایت این پیوستگی به اتحاد روح با خدا پیوند می‌خورد. در میان مجسمه‌های بودا یک حالت مشهور که همان حرکت لوتوس است بیش از دیگر حالتها مشاهده می‌شود. این حالت یکی از حالتهای مراقبه پراناست که بودای آسوده را نشان می‌دهد. [۲۹] ورود به مرحله چهارم (پرانایاما) در یوگا چنان اهمیت دارد که به «جان یوگا» مشهور است.

در همین مرحله است که کانال‌های انرژی و کسب انرژی مطرح می‌شوند [۳۰] و سخن از نادی‌ها و رب النوع ماه و خورشید گفته می‌شود. [۳۱] ایده‌های محوری ۱ کندالینی این واژه به معنای مار آتشین، قدرت مار و نیروی اولیه است و منظور از آن مرکزی حلقه وار است که در حفره‌ای در پایین ستون فقرات قرار دارد [۳۲] که به اعتقاد یوگی‌ها این مرکز دارای نیرویی روحانی است که می‌تواند تغییرات زیادی در وضعیت روحی و روانی فرد ایجاد نماید. [۳۳] این نیرو نشان دهنده نیروی خلاق خداوند است که در تعالیم هندو به آن شاکتی (تجلی بعد مونث خداوند) گفته می‌شود. [۳۴] به اعتقاد ایشان بیداری این نیرو باید تحت نظر یک گورو و مرشد روحانی باشد که خود تجربه گر تمامی مراحل مختلف در این عمل بوده تا بتواند این تحول را بدون اسیب به انجام رساند، چرا که بیدار کردن نابهنگام این نیرو بیشترین خطر را در پی دارد. [۳۵] از طرف دیگر بدون برانگیختن این انرژی خفته، سیر روحی و رسیدن به ساماندهی که غایت در یوگاست غیر ممکن است؛ [۳۶] این انرژی حیات اگر از ستون فقرات به سمت بالا صعود کند از بالای سر خارج می‌شود و با انرژی روحانی موجود در جهان هستی آمیخته می‌شود [۳۷] و در این حالت است که شخص به حالت فرا آگاهی می‌رسد. [۳۸] فرا آگاهی همان یکی شدن روح فرد با روح جهان یا ابرخود است؛ [۳۹] به اعتقاد یوگی‌ها، رهایی از چرخه تولد و مرگ (زنجیره رنج و تناسخ) از نتایج بیداری این نیروست. [۴۰] علاوه بر مطالبی که در باب تاثیرات روحی و روانی بیداری کندالینی گفته شد به اعتقاد یوگی‌ها هرگاه کندالینی فعال شود حرکت آن می‌تواند بر بسیاری از مراکز بدن هم اثر بگذارد. اولین مرکزی که اثر می‌پذیرد دستگاه اعصاب است.

همین طور بر معده، قلب و خون اثراتی دارد. [۴۱] یکی از اثراتی که برای بیداری کندالینی بر شمرده‌اند تقویت حواس (نگاه، فکر، ذهن..) است؛ [۴۲] چاکراهـا و نادی‌هـا چاکرا گرداب‌هایی هسـتند که انرژی از طریق آنها به بـدن وارد و از آن خارج می‌شود. در مبـاحث مربوط به یوگا معمولاً از ۷ چـاکرا نـام برده می‌شود که محل تجمع انرژی‌انـد. انرژی که این گرداب‌ها را به کار می‌انـدازد یکی از آنها کندالینی است دیگری نیروی روحانی نهفته در وجود ادمیان است.

چاکراها قادر به دریافت انرژی هم هستند [۴۳] چرا که انسان‌ها از دیگران انرژی می گیرند هر چند که این انرژی ممکن است مثبت باشد و به قدرت چاکرا کمک کند و ممکن است نیرومند باشد و بعضـی از چاکراها را از کار بیندازد و ممکن است اثر منفی داشته باشد.

نادی‌هـا هم کانال‌هـای برای ورود و به گردش افتادن نیروی حیات در بدننـد. (مجرای عصب در بـدن ظریف) به عبارتی نادی یعنی رسانه و راه جریان انرژی در بـدن [۴۴] نادی به منزله شـبکه ظریفی از شـریانها هسـتند (به معنی نی، رگ و) ... که وظیفه آن حمل پرانا (انرژی حیاتی) در تمام سیستم انرژی لطیف انسان است.

پرانا همان «انرژی مطلق» است.

این انرژی حیـاتی جهـانی همـان است که در زبان چینی و ژاپنی «چی chi» و «کی ki» گفته می‌شود. در بعضـی از متن‌های قدیمی هندی به ۷۲ هزار نادی اشاره شـده که مهمترین آنها سوشومنا، آیـدا و پینگالا نامیده می‌شود. [۴۵] سوشومنا از کندالینی مستقیما به سمت بالا می‌رود اما دو نادی دیگر به صورت مارپیـچ از کنـدالینی بالا می‌رود. جایی که دو نادی آیـدا و پینگالا به هم می‌رسـند و همدیگر را قطع می کنند «چاکرا» تشکیل می‌شود. از طرف دیگر چاکراها از راه نادی‌ها، انرژی حیاتی را از محیط اطراف و کیهان و از بدن‌های لطیف دریافت می کنند.

یو گی‌های معتقد به وجود ۸۸ هزار چاکرا در بدن هستند که هفت چاکرای آن اصلیست که در سرتاسر محور قائم میانی و در جلوی بدن قرار دارند (بدن اتری) که به شکل غنچه‌های گل شیپوری هستند؛ [۴۶] غنچه گل نیلوفر نماد چاکراهاست.

انرژی‌های حاصل از سـنگ‌ها و مواد معدنی و کانی‌ها، تاثیرات ویژه‌ای بر چاکراها دارند و قدرت شـفا و بیدارسازی دارند. [۴۷] در یو گا علاوه بر چاکراهای متعـدد و نادی‌های فراوان، به بـدن‌های مختلف انرژی (بـدن اتری، بدن اختری، بدن ذهنی، بدن روحانی) هم اشاره شده است که به اعتقاد ایشان این بدن‌ها بعد از هر تناسخی دوباره با فرم جدید بدن فیزیکی یکی می‌شوند. کتاب‌هایی که بـا عنوان چـاکراتراپی امروزه منتشـر می‌شود بـا هـدف فعـال نمودن و بـاز کردن چاکراها تالیف می‌شونـد. هر چنـد برای این هـدف تکنیک‌های یو گا را بسیار موثر می‌دانند اما درکنار آن، درمان از طریق سنگ‌ها، کانی‌ها، موسیقی و انرژی هم در یو گا بسیار مورد تاکید است.

تامل و کنکاش

۱ [یوگا اساساً «تن محور» است]

بر خلاف آن چه که مـدعیان یوگا می گویند یوگا نه مکتبی روان محور و نه مکتبی روح گرا بلکه مسـلکیست که اساساً «تن محور» است چرا که این مبنا را یو گا از آیین تانترا گرفته و بدنامی آیین تانترا از این نظر چنان شهره است که ضرب المثل گردیده است، به گونه‌ای که یکی از علل ناشـناخته ماندن تانترا و عدم توجه محققین ادیان هند به این آیین، نگاه ویژه و منحصـر به فرد مکتب تانترا، به جسم و تن انسان و آیین‌های جنسی آن است.

این آیین که در قرن چهارم میلادی شروع شد و درقرن ششم تثبیت شد در حقیقت آخرین ورق از کتاب آیین‌های معنوی هند است.

از نگاه هندوها معنویت در تاریخ (هم چون اعتقادی که به ادوار جهانی و انقراض تدریجی معنویت دارند) سیر نزولی دارد و آثار تانترا چون مربوط به عصر سقوط معنویت بشر است دین عصر تاریکی [۴۸] نام گرفته است.

در نگاه تانترا چون انسان در عصر تاریکی، آلوده به گمراهی‌ها و پلیدی هاست و در لجن زار مادیات غوته‌ور است، ناچار باید آزادی خود را در همین منجلاب جستجو کند و بنای معنویت خویش را در همین گرداب بنا کند؛ پس لازم است از نیروی شگفت انگیز غریزه جنسی که محرک عصر تاریکیست استمداد جوید. هر چند در آیین‌های باستانی هند، جسم انسان بزرگترین مانع صعود معنوی اوست، اما تانترا اهمیت جسم را در حد پرستش بالا می‌برد و آن را تبدیل به معبد می‌کند، به گونه‌ای که آورده‌اند:

«بدون جسم نه تکاملیست و نه سعادتی ... اماکن متبرکه در همین جاست ... هیچ محل زیارتی چون جسم خودم نیافتم» [۴۹] طبق اصل بالا، پرستش اصل مونث و الهه مادر که در تانترا نیروی زاینده حیات است، بسیار اهمیت می‌یابد. مراسم عبادی تانترا که مبنی بر محور قرار دادن روابط جنسیت جهت انعکاس ازدواج خدایانی چون شیوا و شاکتی است.

طبیعیست که با این عینک، خوب و بد و خیر و شر همه اموری اعتباری و نسبی دیده می‌شوند و آخرین حد نیکی با درجه بالای بدی مساوی جلوه می‌کند.

آمیزش عبادی جنسی [۵۰] از مراسم‌های مهم عبادی تانتراست؛ [۵۱] به طوری که در آثار مقدس تانترا گفته شده:

«همان کرداری که باعث می‌شود گروهی در جهنم بسوزند، یوگی آزادی خویش را از همان راه به دست می‌آورد» [۵۲] جهت رسیدن به وحدت از راه آمیزش جنسیست که یکی از خطرناک‌ترین روش‌های ریاضت مشهور به کندالینی یوگا در تانترا ابداع گردیده است.

نیروی خفته کندالینی که از اولین چاکراهای انسان سرچشمه می‌گیرد، در مرکزی قرار دارد که بین مقعد انسان و آلت تناسلی اوست که در مرکز آن، آلت تناسلی نر است.

در چنین منطقی که جسم مرکز همه چیز است و عالم جسم تنزل یافته همان عالم کبیر است بیشترین توجه به همین جسم فیزیکی معطوف می‌شود و همه مطلوب‌ها در همین جسم و نیروهای نهفته در آن جستجو می‌شود. بی‌دلیل نیست که بیش از هزار تکنیک در یوگا صرف پرورش جسم و تربیت بدن می‌شود. در نگاه اسلام هر چند به جسم توجه ویژه‌ای شده و نظافت و پاکی جسم و سلامت وشادابی بدن به صورت برجسته‌ای لحاظ گردیده است، اما همه اینها بر این مبناست که بزرگان دین، جسم را مرکب روح معرفی کرده‌اند و اصالت را به روح انسان که نفخه‌ای الهیست و خلق ویژه خداوند است داده‌اند و جسم از این نظر که پایگاه روح و حامل آن است کرامت یافته است.

این ایده که «همان کرداری که باعث می‌شود گروهی در جهنم بسوزند، یوگی آزادی خویش را از همان جا به دست می‌آورد» در منطق اسلام توهمی بیش نیست و برای پرورش روح، دستوراتی همگانی و مشترک تحت عنوان اوامر و نواهی الهی تشریع شده است و این طور نیست که بی‌بند و باری جنسی برای بعضی گناه و برای بعضی عامل رستگاری باشد.

طبق متون اسلامی هر چند که با نظر به زمینه‌های ژنتیکی و بسترهای اجتماعی، روح انسان‌ها ممکن است گرایشهای مختلفی پیدا کنند اما روح همه انسان‌ها برای تکامل و تعالی نیاز به دسته ای از اعمال و رفتارها دارند که نیاز مشترک همگان است و بدون این دسته از اعمال که در حکم اصول و زیربنای پرورش روح است، گرایش‌های فردی هر انسان راه بر به کمال و سعادت نخواهد بود.

این اصول اعمال که تحت عنوان «واجبات و محرمات» نیز از آنها یاد می‌شود، برامده از خصوصیت‌هایی فراگیر و مشترک در روح انسان هاست که باعث جعل دسته ای از قوانین مشترک برای سیر و تعالی روح گردیده است.

۲ [الهه ی مادر در یوگا]

قابل تامل این که الهه مادر که در بسیاری از آیین‌های هندی مورد پرستش قرار می‌گیرد و در یوگا هم مورد توجه است همان است که جلوه نیروهای شر و نمودی از قدرت‌های شیطانی است به گونه‌ای که انتوان لاوی پایه گذار شیطان گرایی در عصر مدرن و مؤلف انجیل شیطانی از نام‌های شیوا و دخترش کالی به عنوان نامهای شیطان (The Infernal Names) و تجسم شیطان و جلوه آن در کتابش یاد می‌کند.

نام شیوا و کالی به عنوان نام مقدس شیطان در متن زیر از کتاب انجیل شیطانی آمده است.

Abaddon Euronymous O – Yama Adramelec Fenriz Pan Ahpuch Gorgo Pluto Ahriman Haborym Proserpine Amon Hecate Pwcca Apollyn Ishtar Rimmon Asmodeus Kali Sabazios Astaroth Lilith Sammael Azazel Loki Samnu Baalberith Mammon Sedit Balaam Mania Sekhmet Baphomet Mantus Set Bast Marduk Shaitan Beelzebub Mastema Shamad Behemoth Melek Taus Shiva Beherit Mephistopheles Supay Bilé Metztli T'an – mo Chemosh Mictian Tchort Cimeries Midgard Tezcatlipoca Coyote Milcom Thamuz Dagon Moloch Thoth Damballa Mormo Tunrida Demogorgon Naamah Typhon Diabolus Nergal Yaotzin Dracula Nihasa Yen – lo – Wang Emma – O Nija

گفتنی است که کالی همان الهه سیاه است که در اطراف گردن او گلوبندی از جمجمه‌های اموات آویخته است.

در ایالت بنگال هند او را به نام مادر کل می‌پرستند و بعضی از بزرگان یوگا مانند راما کریشنا و ویویکاننده زندگانی خود را صرف خدمت به او یا وقف عبادت او کرده‌اند؛ [۵۳]

۳ [بیداری و ... تنها مربوط به یوگیهای هند و تمرینات مخصوص ... نیست]

در یوگا از یک طرف عنوان گردیده که رسیدن به کمال و رستگاری فقط با بیداری کندالینی (Kundalini) امکان پذیر است، از طرف دیگر اعتراف کرده‌اند که پیروان دیگر ادیان هم ممکن است با انجام مناسک عبادی دین خود به بیداری کندالینی دست یابند و این رستگاری با انجام دستورات خالصانه ادیان دیگر هم محقق گردد. بعضی از کسانی که خود جز مروجین دسته اول یوگا هستند و سالهای سال جهت بیداری کندالینی ریاضیت‌های طاقت فرسا را پشت سر نهاده‌اند می‌نویسد:

«تمرینات زیادی برای رسیدن به مرحله بیداری شاکتی (Shakti) انجام می‌دادم. حتی گاه تمرینات بسیار سخت و فشرده مودرا، باندها و پرانایام را در حد بسیار وسیع و شدید انجام می‌دادم، روزی ۹ ساعت تنها تمرینات پرانایام و سه ساعت مودرا و باندها و انجام دادن مانتراهای مختلف. به مدت سه سال هم زمان به مدیتیشن مداوم در هر موقعیتی و انجام دادن ریاضتهای سخت و خوردن خوراک بسیار ساده و کم بدون هیچ گونه نمک و چاشنی و یا کمی شیر با میوه پرداختم، به طوری که حتی با توجه به اندام لاغر آن زمانم، پانزده کیلو وزن کم کردم. پساز جستجوی‌های بسیار زیاد، لطف خداوند مرا با گورویی در طریقت شاکتی پات در هیمالیا روبرو کرد و سر انجام شاکتی پات را از او دریافت کردم. پس از طی حوادثی شگفت و مرموز شش ماه بعد از گورویی دیگر از همان سلسله مجدداً شاکتی پات و انرژی روحانی را دریافت کردم و تجربیات واقعی و زندگی جدیدم شروع شد.

تغییرات بسیاری در بدن مادی و افکار و احساساتم به وجود آمد، ولی تغییراتی که در کل آگاهی ام رخ داد مشخص تر بود». [۵۴]
وی ناخواسته در پایان نوشته خود اذعان نموده:
«بیداری شاکتی تنها مربوط به یوگیهای هند و تمرینات مخصوص کندالینی نیست، بلکه رعایت مقررات روحانی هر مذهبی ممکن است شاکتی (Shakti) (کندالینی) را در آنها بیدار کند و این تجربیات بدون ذره‌ای آگاهی در آنها رخ دهد ... هر فردی با هر دینی اگر با خلوص عبادت کند و خداوند را با تمام قلبش بپرستد و عشق و خدمت و بندگی خداوند هدف نهایی زندگی‌اش باشد، به لطف الهی، قدرت خدا (کندالینی شاکتی) در او بیدار می‌شود. [۵۵] در اثر تحریکاتی مانند نزدیک شدن به مرکزی روحانی مانند معبد، مسجد، کلیسا یا شرکت در مراسم مذهبی و اذکار روحانی مرکز کندالینی مشتعل می‌شود.» [۵۶]
حال باید پرسید:
با این توصیف چه نیازی به یوگا وجود دارد؟
اگر قرار باشد با دستورات ساده و همگانی ادیان الهی، بیداری کندالینی صورت پذیرد چرا وقت افراد بدون ضرورت صرف تکنیک‌های پیچیده یوگا گردد؟ اگر می‌توان با دستوری که فقط چند دقیقه زمان می‌برد چاکرا را باز کرد چرا انسان روزانه ۹ ساعت صرف وقت نماید که در نهایت چاکرا تراپی صورت گیرد یا نه؟

۴ [هیچ دانشمندی در حوزه علوم تجربی ادله‌ای بر اثبات نادی‌ها و ... ارائه نکرده است]

سؤالی که بسیاری از افراد نا آشنا با یوگا می‌پرسند در مورد ادعاهاییست که در یوگا در مورد هفت بدن، هفت چاکرا، نادی‌ها و کندالینی (Kundalini) آمده است.
این سؤال به ذهن هر خواننده و ناظر بی‌طرفی می‌رسد. براستی با کدام پشتوانه این ادعاهای به ظاهر روحانی و فلسفی به اثبات رسیده است؟
اگر این گونه عقاید به علوم تجربی متکیست در چه علمی و کدامین آزمایشگاه علمی، این ایده‌ها به اثبات رسیده است؟
تاکنون هیچ دانشمندی در حوزه علوم تجربی ادله‌ای بر اثبات آن اقامه ننموده است و هیچ کس مدعی وجود ۷۲ هزار نادی و ۸۸ هزار چاکرا در بدن نبوده است.
یکی از دلایل اختلاف نظر در مورد تعداد نادی‌ها و چاکراها در بین یوگی‌ها همین امر است.
از طرف دیگر دلیل عقلی و برهانی قابل قبولی هم در کتاب‌های مربوط به یوگا ارائه نشده است.
روشن است که دلایل عقلی باید چنان روشن باشند که درک آن برای هر عقلی بدیهی و خالی از شک و تردید باشد.
اگر دلیلی برای اکثر مردم قابل قبول باشد و تعدادی را به اقناع نرساند این دلیل به ظاهر دلیل بوده است ولی در واقع در شکل یا محتوا دچار اشکال بوده است؛ به همین جهت برهان فلسفی و استدلال منطقی محسوب نمی‌شود، در نتیجه یقین و علم نمی‌آورد و حداکثر برای مخاطب گمان آور است.
از سوی دیگر در یوگا برای اثبات این گونه ادعاها، دلیل نقلی که برخوردار از پشتوانه وحیانی باشد هم وجود ندارد. چرا که در یوگا اساساً وحی به معنای رایج که خبر از غیب و عالم معنا منظور باشد هم وجود ندارد و آن چه هست حداکثر وجود تجربه ادعا شده از جانب یوگی‌هاست.
بدیهیست که این گونه تجربیات مادامی که برهانی از جانب عقل به کمک آن نیاید و یا دلیلی از منبع غیبی که متکی به پشتوانه عقلیست به تایید او برنخیزد، حجیت ندارد و قابل قبول نخواهد بود.

بگذریم که اثبات این ادعاها تاثیری در اثبات حقانیت یوگا در دیگر حوزه‌ها نخواهد داشت. بعضی امروزه به خاطر شباهت بعضی از تکنیک‌های یوگا با رکوع و سجده و تشهد و قیام، سوگوارانه ندای پیوند اسلام با یوگا سر می‌دهند و شعار یکی بودن عرفان اسلامی و معنویت یوگی‌ها را تبلیغ می‌کنند و به عنوان مرامی برآمده از متن اسلام و حتی به عنوان عرفان اصیل اسلامی از یوگا نام می‌برند. «آیین یوگا با عرفان اسلامی چنان با هم آمیخته است که تفکیک آنها از هم مشکل است.»

[۵۷] ناگفته نماند که مروجین یوگا بسیاری از کرامات و معجزات اولیای الهی را به نفع خود تبیین می‌کنند و آن را به گونه‌ای با کندالینی یا چاکرا و پیوند می‌زنند. چنان که در یکی از این کتاب‌ها نه فقط معجزه حضرت عیسی از این منظر توجیه شده است بلکه به صلیب رفتن عیسی هم با همین منطق لازم شمرده شده است.

«اثری را که حضرت مسیح عَلَيْهِ السَّلَام ۲۰۰۰ سال پیش بر مردم می‌گذاشت در نظر بگیرید. او از واسطه‌ها، یعنی بدن حواریون استفاده می‌کرد و آتش کندالینی این حواریون بر اثر حضور فوری حضرت مسیح عَلَيْهِ السَّلَام تشدید می‌گردید. اما همین امر برای بقیه مردم نیز پیش می‌آمد، در حالی که آنها تسلط کافی بر خویشتن نداشتند تا در برابر فشار نیروی گسترده کندالینی که از بدن حضرت مسیح عَلَيْهِ السَّلَام ساطع می‌شد مقاومت کنند.

چندتن از حواریون این کار را برای رسیدن پیام مسیح به نسل‌های آینده انجام دادند، ولی از مردم دیگر در آن زمان هیچ انتظاری وجود نداشت، زیرا این نیرو برای آنها بسیار زیاد بود.

زمانی که از وجود چندتن افرادی که بتوانند پیام مسیح عَلَيْهِ السَّلَام را به نسل‌های آینده برسانند، اطمینان حاصل شد باید بدن مادی حضرت مسیح عَلَيْهِ السَّلَام نابود می‌شد تا بر افراد عادی اثرات بدی گذاشته نشود ... در کتاب‌های مسیحی از آتش کندالینی به عنوان سه جنبه پدر، پسر و روح القدس یاد شده است.»

[۵۸]

۵ [کدام عرفان؟]

هم چنان که از کتاب‌های یوگا نقل شد یوگا به عنوان عرفان مطرح است.

حال سؤال اینست که کدام عرفان؟ اگر عرفان به معنی راهیست که به رضایت خداوند (که هم مبدا هستیست و هم برگشت همه چیز به اوست) ختم می‌شود باید پرسید با چه اطمینانی ادعا می‌شود که یوگا انسان‌ها را به این رضایت می‌رساند؟ گیریم که بیداری کندالینی در بدن حقیقت داشته باشد و قصه چاکراها و نادی‌ها همگی درست باشد و به فرض که انسان بتواند در سایه یوگا، تنش‌های روانی و استرس‌های روحی خود را کاهش دهد و با یادگیری چند هزار تکنیک در یوگا به انظباط ذهنی هم دست یابد، دست آخر چه تضمینی وجود دارد که با این امور رضایت خداوند حاصل شده است؟

و اگر منظور از عرفان رسیدن به قدرت‌های غیر عادیست که مرتاضان ادعا می‌کنند که باید گفت اولا این گونه قدرت‌ها ضمن این که با معجزات و کرامات اولیای الهی از نظر ماهوی تفاوت دارد و از دو سنخ محسوب می‌شوند اولا مخصوص یوگی‌ها و مرتاضان نیست و به علاوه این گونه قدرت‌ها به خودی خود دلیل بر هیچ امری نیست و نه حکایت گر راه حقیقت و عرفان ناب و معنویت راستین. به علت بی‌ارتباط بودن عرفان ادعایی یوگا با عرفان حقیقیست که یوگا نسبت به «با خدایی» و «بی خدایی» موضعی ندارد و همه کس را می‌پذیرد و حتی منکر خدا هم می‌تواند یک یوگی باشد.

«کسی که به خدا اعتقاد ندارد می‌تواند از کیش یوگا بهره ببرد با این توضیح که درک مراحل بالای یوگا (سمادهی) برای او راهیست به سوی شادابی و تجدید انرژی یا حالتیست ذهنی که در آن احساس یکی بودن با کائنات در او موج می‌زند. بهر تقدیر

باور دینی، جنسیت، سن و نژاد هرچه باشد با یوگا همخوان است به تعبیر راماکریشنا: «از طریق یوگا، یک هندو، هندویی بهتر، یک مسیحی، مسیحی بهتر، یک مسلمان، مسلمان بهتر و یک یهودی، یهودی بهتری خواهد بود». [۵۹]

۶ [تناسخ]

یوگا هم چون دیگر ادیان و معنویت‌های هندی، به تناسخ معتقد است.
تناسخ به معنی حلول روح انسان به یک کالبد جدید در همین دنیا ست.
یعنی بعد از مرگ روح انسان به عالم برزخ یا قیامت یا عوالم دیگر منتقل نمی‌شود، بلکه درهمین عالم در قالب و جسم جدید (مثلا یک جنین یا حیوان یا گیاه یا چیزهای دیگر) وارد می‌شود و یک حیات جدید را تجربه می کند و همین طور روح در زندگی‌های مکرر و پی در پی به حیات خود ادامه می‌دهد. با این تبیین کسانی که معتقد به تناسخ اند به عالم برزخ و رستاخیز اعتقادی ندارند و به زندگانی‌های مداوم روح بدون این که به قیامت و رستاخیز نیازی باشد و حساب و کتابی لازم بیاید در همین دنیا دل می‌بندند.
پتنجلی در فصل سوم کتابش، سوتره ۱۸، بحث از تناسخ و تولدهای پیشین به میان آورده است [۶۰] در کتاب‌های یوگا تولدهای پی در پی به عنوان فرصت‌های بیشتر جهت بیداری کندالینی مورد اشاره قرار گرفته است.
«در بعضی حالات ممکن است فرد مشتاق به پیشرفت باشد که نتیجه تولدهای قبلی است، اما اگر جسم ضعیف باشد و نتواند فشار کندالینی را تحمل کند لازم است که شخص منتظر تولد دیگری باشد تا شاید دارای جسمی قابل انعطاف گردد.» [۶۱] تناسخ از آموزه‌هاییست که در ادیان الهی مردود شناخته شده است و در دین اسلام قائل به تناسخ در حکم کافر قلمداد شده است.
بزرگان و متکلمین و فلاسفه اسلامی دلایل متعدد عقلی و نقلی در رد و ابطال تناسخ آورده‌اند.
(در آخر همین کتاب به مبحث تناسخ پرداخته شده است) [۶۲]

۷ [یوگا همسوست با جهان‌بینی حاکم بر غرب و کمک کار به تمدن جدید غرب]

دنیای امروز با اموری چون تجارت، شرکت‌های بزرگ، بانک‌ها، تلویزیون، اینترنت، رفت و آمدهای متراکم در شهرها پیوند خورده است.
زندگی ماشینی به تقاضای بی‌پایان آدمیان در جذب ثروت و شهرت دامن زده و از زندگی مسابقه‌ای مرگ آور ایجاد نموده است که سر انجام این رقابت، عدم رضایت و ایجاد تنش‌های روانی و از دست رفتن آرامش روحی است.
استرس‌های روانی، فیزیکی، ذهنی و خشکیدن عواطف، ارمغان تمدن جدید است که سایه سنگین خود را بر ابعاد مختلف زندگی فردی و حیات اجتماعی بشر تحمیل نموده است.
شرق هر چند از صدمات روانی زندگی ماشینی، در امان نمانده، اما غرب به علت کنار گذاشتن تعالیم دینی از یک طرف و محرومیت از معنویت شرقی از طرف دیگر در غوغای صنعت و تجارت دست و پا می‌زند. در چنین فضاییست که مرامی چون یوگا در غرب با اقبال روبرو می‌شود و تعالیم یوگی‌ها به سهولت جا باز می کند.
در محیطی که پراکندگی ذهن و مشغولیت‌های فکری از طریق عرفان راستین و معنویت فطری درمان نشود، آتش تقاضای فنونی تسکین آورو راهکارهایی آرامش بخش شعله می کشد و بشر دلزده ماشینی، به نام عرفان در دامان یوگا می‌افتد. تکنیک‌های ذهنی یوگا اگر چه به غلط با آرم عرفان عرضه می‌شود، اما فرایندیست که می تواند به ذهن انضباط بخشد و مانع طغیان افکار پراکنده

گردد و به طور موقت از افتادن در منجلاب روان پریشی‌ها و اختلالات روانی جلوگیری کند.

«یوگا می‌تواند در زندگی متمدن نقشی فعال داشته باشد.

تمرین‌های روزانه یوگا، در مقابل تنش‌های بی‌شمار محیط شما مانند یک محافظ عمل می‌کند.

مراقبه از نوع یوگا درمان موثری برای فشار روحی است.» [۶۳]

استقبال از یوگا نه به دلیل برخورداری از جهان‌بینی منطقی و نه به علت غنای تعلیمات آن است، بلکه به سبب عطش روحی بشر جدید و نیاز فوری انسان مدرن به یک مسکن روانی و ذهنی است:

به عبارت دقیق تر، هنر یوگا در سامان دادن زندگی دنیویست و آماده نمودن بشر مدرن برای کامیابی بیشتر در زندگانی امروزی. خدمت یوگا به بشر بحران زده عصر ماشین، نه ارائه یک نظام معقول و جامع از هستی و جهان است و نه دستگیری از انسان برای رساندن به کمالی که مطلوب خالق هستیست و نه ارجاع دادن به تعالیم روح بخش پیامبران الهی؛ بلکه مرامیست همسو با جهان‌بینی حاکم بر غرب و کمک کار به تمدن جدید غرب برای فرو نشاندن تنش‌ها و اضطراب‌های بشر و سر فرو بردن در لاک لذت خواهی بشر و در نتیجه دل خوش نمودن و راضی شدن به این که برای درد خداجویی او درمانی رسیده و برای فطرت معنویت طلبی او مرهمی یافت شده است.

«یوگی به زندگی فعال و متمدن ادامه می‌دهد اما با آرامش.» [۶۴] –

****

پی‌نوشت

[۱] – yoga

[۲] ادیان و مکتب‌های فلسفی هند، داریوش شایگان، ج ۲ ص ۶۲۵ / فرهنگ ادیان جهان، جان هیلنز، ص ۶۹۵

[۳] گنجینه اسرار یوگا، موسوی نسب، مقدمه

[۴] یوگا و تعلیم و تربیت کودکان ونوجوانان، سوامی نیران جاناندا، جلال موسوی نسب ص ۴۶

[۵] – PATANGLI

[۶] تاریخ جامع ادیان، جان بایر ناس، ترجمه علی اصغر حکمت ۱۳۸۷ ص ۲۶۹

یوگا سوتره‌های پتنجلی، سوامی ساتیاناندا، جلال موسوی نسب ص ۲۶ / جیمز هویت، یوگا ص ۱۰

[۷] دم گستری در یوگا، سوامی شیواناندا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم ص ۲۳

[۸] فرهنگ ادیان جهان، جان هیلنز ص ۶۹۵

[۹] یوگا سوتره‌های پتنجلی، ساتیاناندار ترجمه موسوی نسب ص ۲۷

[۱۰] یوگای پیشرفته؛ پی دی شارما، ترجمه موحدی نایینی ص ۱۳

[۱۱] دم گستری در یوگا سوامی شیواناندا ترجمه فرهاد خالصی مقدم ص ۸

[۱۲] جیمز هویت یوگا ص ۱۲

[۱۳] تاریخ جامع ادیان، جان بایر ناس، ترجمه علی اصغر حکمت ۱۳۸۷ ص ۲۷۹ / هستی بی‌کوشش، الیستر شیرر، پاشایی ص ۱۷

[۱۴] همان ص ۱۹

[۱۵] یوگای پیشرفته، پی دی شارما ص ۱۴

[۱۶] همان ص ۱۴

[۱۷] جیمز هویت، یوگا ص ۱۲

[۱۸] ر. ک یوگا سوتره‌های پتنجلی، سوامی ساتیاناندا، جلال موسوی نسب ص ۲۹

[۱۹] یوگای پیشرفته، پی دی شارما ص ۱۹ / تاریخ جامع ادیان، جان بایر ناس، ترجمه علی اصغر حکمت ۱۳۸۷ ص ۲۷۰

[۲۰] جیمز هویت، یوگا ص ۲۴

[۲۱] – SAMYAMA

[۲۲] یوگای پیشرفته ص ۲۴

[۲۳] جیمز هویت، یوگا ص ۱۳

[۲۴] یوگا پیشرفته ص ۲۷۱

[۲۵] پرانایاما (توقف خود بخودی تنفس

[۲۶] دم گستری در یوگا ص ۹

[۲۷] چاکرا درمانی، شیلا شارامون، رایمون شهابی ص ۱۸۱

[۲۸] جیمز هویت یوگا ص ۱۰۳

[۲۹] همان ص ۱۱۰

[۳۰] یوگای پیشرفته ص ۲۵۰

[۳۱] همان ص ۲۵۴

[۳۲] کندالینی و چاکراها، پاولسون، ترجمه آرام ص ۳۵

[۳۳] جیمز هویت، یوگا ص ۲۰۴

[۳۴] ادیان و مکتب‌های فلسفی هند، داریوش شایگان، ج ۲ ص ۷۱۵

چاکرا درمانی، شلبلا شارامون، ترجمه رایمون شهابی ص ۳۳

[۳۵] کندالینی تجربه امروز، خسرو شریف پور ص ۲۸

[۳۶] دم گستری در یوگا، سوامی شیواناندا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم ص ۴۴

[۳۷] کندالینی و چاکراها، پاولسون، ترجمه آرام ص ۳

کندالینی، خسرو شریف پور ص ۵۵

[۳۸] جیمز هویت، یوگا ص ۲۹

[۳۹] جیمز هویت، یوگا ص ۲۱۹

[۴۰] همان ص ۶۳

[۴۱] کندالینی، خسرو شریف پور ص ۶۲

[۴۲] همان ص ۵۲

[۴۳] کندالینی و چاکراها پاولسون، ترجمه آرام ص ۱۱۵

[۴۴] همان ص ۲۹۵ / یوگا، جیمزهویت، ص ۲۳۲

[۴۵] چاکرا درمانی، شیلا شارامون، ترجمه رایمون شهابی ص ۱۵ و ص ۱۹۲

[۴۶] چاکردرمانی شیلا شارامون، ترجمه رایمون شهابی ص ۲۸

[۴۷] همان ص ۲۷۵

[۴۸] – kali – yuga

[۴۹] ادیان و مکاتب فلسفی هند، داریوش شایگان ج ۲ ص ۷۱۱

[۵۰] – maithuna

[۵۱] تاریخ جامع ادیان، جان بایر ناس ص ۲۸۱

[۵۲] همان ص ۷۱۳

[۵۳] تاریخ جامع ادیان، جان بایر ناس ص ۲۸۰

[۵۴] کندالینی، خسروشریف پور ص

۷ – ۹

[۵۵] همان ص ۱۰۸

[۵۶] کندالینی، خسرو شریف پور ص ۶۱

[۵۷] یوگا سوتره‌های پتنجلی، سوامی ساتیاندا، ترجمه موسوی نسب ص ۹

[۵۸] همان ص ۷۲ و ۷۹

[۵۹] یوگا جیمز هویت ص ۲۴

[۶۰] یوگا سوتره‌های پتنجلی، ساتیاناندا ص ۲۹۷

[۶۱] کند الینی / خسرو شریف پور، ص ۴۹

[۶۲] جهت مطالعه بیشتر مراجعه شود به ابن سینا، الشفاء، کتاب النفس، ص ۳۲۰ و المبدأ و المعاد، ص ۱۰۷

[۶۳] یوگا، جیمز هویت، ص ۳۱

[۶۴] جیمز هویت، یوگا ص ۱۶۶

بخش نقدها

نقد عرفان یوگا

حمزه شریفی دوست ۱ بر خلاف آن چه که مدعیان یوگا می‌گویند یوگا نه مکتبی روان محور و نه مکتبی روح گرا بلکه مسلکیست که اساساً «تن محور» است چرا که این مبنا را یوگا از آیین تانترا گرفته و بدنامی آیین تانترا از این نظر چنان شهره است که ضرب المثل گردیده است، به گونه‌ای که یکی از علل ناشناخته ماندن تانترا و عدم توجه محققین ادیان هند به این آیین، نگاه ویژه و منحصر به فرد مکتب تانترا، به جسم و تن انسان و آیین‌های جنسی آن است.

این آیین که در قرن چهارم میلادی شروع شد و در قرن ششم تثبیت شد در حقیقت آخرین ورق از کتاب آیین‌های معنوی هند است.

از نگاه هندوها معنویت در تاریخ (هم چون اعتقادی که به ادوار جهانی و انقراض تدریجی معنویت دارند) سیر نزولی دارد و آثار تانترا چون مربوط به عصر سقوط معنویت بشر است دین عصر تاریکی نام گرفته است.

در نگاه تانترا چون انسان در عصر تاریکی، آلوده به گمراهی‌ها و پلیدی هاست و در لجن زار مادیات غوطه‌ور است، ناچار باید آزادی خود را در همین منجلاب جستجو کند و بنای معنویت خویش را در همین گرداب بنا کند؛ پس لازم است از نیروی شگفت انگیز غریزه جنسی که محرک عصر تاریکیست استمداد جوید. هر چند در آیین‌های باستانی هند، جسم انسان بزرگترین مانع صعود

معنوی اوست، اما تانترا اهمیت جسم را در حد پرستش بالا می‌برد و آن را تبدیل به معبد می‌کند، به گونه‌ای که آورده‌اند: «بدون جسم نه تکاملیست و نه سعادتی ... اماکن متبرکه در همین جاست ... هیچ محل زیارتی چون جسم خودم نیافتم» طبق اصل بالاے پرستش اصل مونث و الهه مادر که در تانترا نیروی زاینده حیات است، بسیار اهمیت می‌یابد. مراسم عبادی تانترا که مبنی بر محور قرار دادن روابط جنسیت جهت انعکاس ازدواج خدایانی چون شیوا و شاکتی است.

طبیعیست که با این عینك، خوب و بد و خیر و شر همه اموری اعتباری و نسبی دیده می‌شوند و آخرین حد نیکی با درجه بالای بدی مساوی جلوه می‌کند.

آمیزش عبادی جنسی از مراسم‌های مهم عبادی تانتراست.

به طوری که در آثار مقدس تانترا گفته شده:

«همان کرداری که باعث می‌شود گروهی در جهنم بسوزند، یوگی آزادی خویش را از همان راه به دست می‌آورد» جهت رسیدن به وحدت از راه آمیزش جنسیست که یکی از خطرناك‌ترین روش‌های ریاضت مشهور به کندالینی یوگا در تانترا ابداع گردیده است.

نیروی خفته کندالینی که از اولین چاکراهای انسان سرچشمه می‌گیرد، در مرکزی قرار دارد که بین مقعد انسان و آلت تناسلی اوست که در مرکز آن، آلت تناسلی نر است.

در چنین منطقی که جسم مرکز همه چیز است و عالم جسم تنزل یافته همان عالم کبیر است بیشترین توجه به همین جسم فیزیکی معطوف می‌شود و همه مطلوب‌ها در همین جسم و نیروهای نهفته در آن جستجو می‌شود. بی‌دلیل نیست که بیش از هزار تکنیك در یوگا صرف پرورش جسم و تربیت بدن می‌شود. در نگاه اسلام هر چند به جسم توجه ویژه‌ای شده و نظافت و پاکی جسم و سلامت و شادابی بدن به صورت برجسته‌ای لحاظ گردیده است، اما همه اینها بر این مبناست که بزرگان دین، جسم را مرکب روح معرفی کرده‌اند و اصالت را به روح انسان که نفخه‌ای الهیست و خلق ویژه خداوند است داده‌اند و جسم از این نظر که پایگاه روح و حامل آن است کرامت یافته است.

این ایده که «همان کرداری که باعث می‌شود گروهی در جهنم بسوزند، یوگی آزادی خویش را از همان جا به دست می‌آورد» در منطق اسلام توهمی بیش نیست و برای پرورش روح، دستوراتی همگانی و مشترك تحت عنوان اوامر ونواهی الهی تشریع شده است و این طور نیست که بی‌بند و باری جنسی برای بعضی گناه و برای بعضی عامل رستگاری باشد.

طبق متون اسلامی هر چند که با نظر به زمینه‌های ژنتیکی و بسترهای اجتماعی، روح انسان‌ها ممکن است گرایشهای مختلفی پیدا کنند اما روح همه انسان‌ها برای تکامل و تعالی نیاز به دسته ای از اعمال و رفتارها دارند که نیاز مشترك همگان است و بدون این دسته از اعمال که در حکم اصول و زیربنای پرورش روح است، گرایش‌های فردی هر انسان راه بر به کمال و سعادت نخواهد بود.

این اصول اعمال که تحت عنوان «واجبات و محرمات» نیز از آنها یاد می‌شود، برآمده از خصوصیت‌هایی فراگیر و مشترك در روح انسان هاست که باعث جعل دسته ای از قوانین مشترك برای سیر و تعالی روح گردیده است.

۲ قابل تامل این که الهه مادر که در بسیاری از آیین‌های هندی مورد پرستش قرار می‌گیرد و در یوگا هم مورد توجه است همان است که جلوه نیروهای شر و نمودی از قدرت‌های شیطانی است به گونه‌ای که انتوان لاوی پایه گذار شیطان گرایی در عصر مدرن و مؤلف انجیل شیطانی از نام‌های شیوا و دخترش کالی به عنوان نامهای شیطان (The Infernal Names) و تجسم شیطان و جلوه آن در کتابش یاد می‌کند.

نام شیوا و کالی به عنوان نام مقدس شیطان در متن زیر از کتاب انجیل شیطانی آمده است.

نقد یوگا

آنچه در این نوشته از نظر گذشت، معرفی یوگا بود.

در این زمینه بی‌دریغ و فراخور مجال، آنچه پیروان یوگا گفته‌اند بازگو شد؛ با این حال درباره یوگا با گسترش فراوان جهانی آن و افزایش نگارش و نشر کتاب و نشریه در این زمینه و تولید آثار چند رسانه‌ای و تأسیس مراکز آموزشی به چند نکته باید توجه داشت:

یک)

ریشه یوگا کجاست!

ریشه یوگا نامعلوم است و مبدأ آن روشن نیست. معلوم نیست چه کسی و بر چه اساسی آن را پی ریزی نموده است.

برخی ریشه آن را در ریگ ودا دانسته و برخی دیگر در عناصر شمنیسم یافته‌اند.

در اساطیر و افسانه‌ها این تعلیمات را به خدایان هندی (مظاهر احدیت) نسبت می‌دهند. پاتانجلی نیز خود را بنیانگذار آن نمی‌داند. [۱] از این رو شاید بتوان گفت مفاهیمی چون بدن‌ها، نادی‌ها و چاکراها معلوم نیست چرا مطرح شده‌اند.

آیا نوعی تشریح رازوارانه بدن انسان بوده یا چیزی دیگر! گویا حضور این عناصر در افسانه‌ها و اساطیر، نوعی تقدس به آنها داده و اقوام بعدی که آمده‌اند بر اینها تأکید نموده و در پی جستجوی حقیقت آنها برنیامده‌اند.

تاکنون هم مفاهیم مطرح در یوگا توسط علم پزشکی تأیید نشده است.

دو)

بن بست روش شناختی

یک پرسش که درباره مبانی یوگا به ذهن می‌رسد اینست که گویندگان این مطالب، چه دلیلی بر این گفته‌ها و نوشته‌ها دارند؟ آیا این گفته‌ها را باید با خوش باوری پذیرفت یا باید دنبال دلیلی نیز برای آنها گشت! بدون شک هر ادعایی نیاز به اثبات دارد. اگر یک ادعا از راه صحیح، اثبات شد «صادق» نامیده می‌شود و اگر اثبات نشد «کاذب» خواهد بود.

هر ادّعا یک گزاره است و بر اساس تنوع گزاره‌ها، راه اثبات آنها نیز متفاوت است.

به طور کلی گزاره‌ها از نظر راه اثبات به سه دسته تقسیم می‌شود:

الف: گزاره‌های تعبّدی که راه اثبات آنها استناد به وحی الهی است.

ب: گزاره‌های عقلی که راه اثبات آنها استفاده از دلایل منطقی و استدلال عقلی است.

ج: گزاره‌های تجربی که راه اثبات آنها تجربه است؛ [۲] با توجّه به این مطلب، آنچه در یوگا گفته می‌شود مانند این که انسان دارای کالبدهای مختلف، کانال‌های انرژی و چاکراهاست از چه راهی اثبات شده است؟

گزاره‌های یوگا نه گزاره‌های عقلیست تا بتوان با استدلال عقلی آنها را به اثبات رساند چنانکه معتقدان به یوگا نیز از چنین روشی استفاده نکرده‌اند و نه گزاره‌های تعبدی تا دلیلی از کتاب آسمانی داشته باشند چنانکه پیروان یوگا نیز به دلیلی از کتاب مقدس تمسک نکرده‌اند.

حال که راه عقل و وحی برای یوگا اثری ندارد آیا می‌توان با روش تجربی ادعاهای مطرح در یوگا را پذیرفت؟ یکی از دانشمندان غربی به نام دیوید فونتانا که متخصص در زمینه روان شناسیست مطالعات فراوانی از این منظر به ادیان بزرگ داشته و کتابی ارزشمند به نام «روان شناسی دین و معنویّت»، نوشته است.

کتاب وی به همّت انجمن روان شناسان بریتانیا و انتشارات «بلک ول» در سال ۲۰۰۳ به زبان انگلیسی در اختیار خوانندگان قرار گرفته است.

او معتقـد است مسأله انرژی (و بـه دنبـال آن، سیسـتم انرژی بـدن) بـا روش‌هـای دانشگاهی قابـل اثبـات نیست. وی در این کتـاب می گوید:

در شـرایطی که پزشـکی قـادر نیست به سـنجش انرژی‌هـای ظریفی ماننـد «چی» و «پرانا» [۳] بپردازد، پزشـکان مجرب چین و هنـد، تردیدی در وجود و نقش مهمّ آنها در شـفای جسم، ذهن و روح ندارند. پزشـکان غربی که روش‌های دانشـگاه‌های شرق را مطالعه کرده‌اند این عقیده را اظهار می کنند که انرژیِ چی، با فناوری پزشـکی جدید، قابل سنجش نیست. [۴] بنا بر این گزاره‌های فوق، از نظر تجربی نیز قابل اثبـات نیسـتند. بنـا بر این آنچه در یوگـا درباره انرژی، بـدن‌های هفتگانه و چاکراها مطرح می‌شود تنها حاصـل تجربه‌های درونی یوگی‌های هندی مانند پاتانجلی و امثال اوست. در اینجا می‌توان پرسید:

آیا تجربه درونی چنین افرادی برای دیگران، حجت است و کورکورانه باید آنها پذیرفت!؟

سه)

خلأ خداشناسی و معاد باوری

بر اساس نوشـته‌های معتقـدان به یوگا در آیین یوگا، بدن و دنیا معبد تلقی می‌شود و تمام تلاش آنها و اعمال آنها بر این امر نهادینه شـده است که بـدن انسان را از رنـج در آورده و به آرامش برساند و آن هم آرامش دنیوی؛ اما باید گفت که در باب نسـبت دنیا و آخرت سه دیدگاه وجود دارد:

اول اینکه انسان دنیا پرست باشد و آخرت را نفی کند.

دوم اینکه انسان آخرت گرای افراطی شده، دنیا را نفی کند که این همان رهبانیت است.

سوم اینکه انسان آخرت گرای دنیا طلب شود. یعنی به قدری از دنیا برگزیند و به گونه‌ای برگزیند که در راستای آخرت او باشد.

تنها فرض مقبول از نظر قرآن، فرض اخیر است.

«و ابتغ فیما اتاک الله الدار الاخره و لا تنس نصیبک من الدنیا» [۵]

در آنچه خدا به تو داده، سرای آخرت را بطلب و بهره‌ات را از دنیا فراموش مکن. مبنای عرفان اسلامی اصالت دادن به آخرت است و دنیا تا آن هنگام که در مسیر اصلاح آخرت و زندگی ابدی انسان باشد مطلوب است.

در یوگا اساساً اعتقاد به معاد مطرح نیست. آموزه تناسـخ در یوگا بیانگر بازگشت متوالی انسان به دنیاست و این چرخه تا بی نهایت ادامه خوهـد یافت مگر وقتی که انسان به پایان یوگا یعنی خاموشـی ذهن و رسیدن به آگاهی مورد نظر یوگا دست یابـد ولی به هر حال در یوگا، سـخنی از زندگی اخروی نیست. چنانکه در یوگا مانند سایر مکاتب هندی، سخنی از خدا نیست؛ آن خدایی که مبدأ و منتهای هستی است؛ «هو الاول و الآخر» [۶] و راه نجات بشر را از طریق نمایندگان خود به انسان‌ها نشان داده است.

بنا بر این آرمان یوگا به زنـدگی دنیوی انسان، منحصـر می‌شود و چنین چشم انـدازی برای زندگی انسان، با دلایلی که بر ضـرورت معاد گفته شده [۷] ناسازگار است.

چهار)

ویژگی‌های ناسازگارانه یوگا با طبع انسان

از نظر برخی پژوهشـگران در زمینه ادیـان و مکـاتب فلسـفی هنـد راه یوگـا از همان اول پیـدایش، روشـی معکوس در مقابل جریان طبیعی حیات بوده است.

هـدف غایی یوگا انهدام کامل شخصـیت ذهنی و روانی انسان است و برای نیل به این مقصود یوگا آداب و فنون چندی ابداع کرده است که خاصـیت غیر انسـانی و حتی می‌توان گفت ضـد انسـانی دارد. انسـان، پرورده اجتماع است، یوگا دسـتور عکس می‌دهـد و می‌خواهـد آدمی، خود را از هیـاهوی اجتمـاع بر کنـار زنـد و از لذایـذ حواس، امساک نمایـد. انسان متحرک است، نفس می کشـد

می‌نوشد، می‌خورد و می‌خوابد، انس می‌ورزد و دل به این و آن می‌بندد، یوگا برای حرکت فطری انسان، سکون مطلق تجویز می‌کند و در برابر جریان طبیعی حیات و نفس کشیدن و دم فرو بردن، حبس دم را می‌آموزد. آدمی در بند پیچ و خم اندیشه‌ها و گردابهای نفسی سرگردان است و اندیشه خود را هر دم به شیءای معطوف می‌سازد و زندگی روانی انسان متشکل از استمرار لحظات متوالی شناخت‌های گوناگون است، یوگا بدین جریان طبیعی فعالیت ذهنی، قرار و ثبات تزلزل ناپذیری می‌بخشد و می‌خواهد اندیشه و ذهن را از سرگردانی بر حذر بدارد و آن را به نکته‌ای واحد متوجه بسازد تا بدین نحو امواج ذهنی فرونشیند و منشأ صور نفسانی خاموش گردد و تموجات ذهنی و نفسانی پایان یابد. کلیه فنون یوگا متوجه همین نکته است یعنی انجام دادن عکس آنچه که آدمی بدان خوی گرفته است در واقع واژگونی کلیه ارزش‌های انسانی هدف واقعی یوگاست؛ [۸]

پنج)

فرار به سوی یوگا

ریشه پایه‌گذاری یوگا رهایی از رنج و فعالیت‌های ذهنی بوده است اما امروزه یوگا بعد از رواج در غرب، چنان گسترش یافته که به هدف رفع انواع مشکلات روحی، روانی و جسمی برآمده از وضعیت زندگی بشر امروزی به کار می‌رود. این گسترش نشان می‌دهد انسان معاصر که بار زندگی مدرن را بر دوش می‌کشد دچار سرگردانی و سردرگمی شده و دنبال راه چاره‌ای برای درمان و در پی مرحمی برای زخم‌های جان خود می‌گردد. اینجاست که طبیبان راه گمرده‌ای، راهنمای سرگشتگان می‌شوند و هر راهی که اندک فایده درمانی برای بیمار ولی سودهای مادی برای درمانگر در پی دارد به آنان نشان می‌دهند اما آیا مشکل اصلی بشر حل خواهد شد یا همانطور، زندگی با ابهامات پیرامون خود بر رنج بشر خواهد افزود...

شش)

رفتار سلبی

همت اصلی یوگا و هدف نهایی آن، خاموش نمودن ذهن و زدودن رنج از زندگی انسان و رساندن او به ساحل آرامش است.

این یک رویکرد سلبی است؛ زیرا از نگاه قرآن، این دنیا برای انسان، قرین رنج است و ریشه کن نمودن رنج و رهایی از آن ممکن نیست؛ «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي كَبَدٍ» [۹] ما انسان را در رنج آفریدیم. رنج را از زندگی انسان نمی‌توان زدود بلکه باید آن را مدیریت نمود. تنها راه مدیریت رنج، پیروی از دستورات و برنامه‌های عملی اسلام است که با بینشی درست درباره خدا، هستی و انسان و برنامه‌هایی جامع، زندگی او را به سوی سعادت ابدی راهنمایی می‌کند.

در اسلام، زندگی در زندگی دنیوی خلاصه نمی‌شود بلکه بخش اصلی زندگی انسان، پس از دنیاست و در دنیا چند سالی معدود زندگی خواهد نمود. در آموزه‌های اسلامی، توجه انسان‌ها به یکدیگر، رعایت حقوق انسان‌ها، انفاق، گذشت، بخشش و انس و محبت مطرح است.

اسلام برنامه‌های فراوانی برای مدیریت اجتماع انسانی دارد و با برنامه‌های اجتماعی و نیز برنامه‌های فردی، مفهوم عبادت و معنویت را گسترش داده و به تمام ابعاد و فرازهای زندگی انسان سرایت داده است.

در اسلام نسبت به زندگی با رویکرد فعّال برخورد می‌شود نه رویکرد منفعلانه؛ از انزوا و گوشه نشینی و فردگرایی که به معنای فرار از زندگیست پرهیز داده می‌شود و به رفتارهای فعالانه توصیه می‌شود در حالی که یوگا فقط به فرد و زدودن اندیشه‌های مزاحم و فعالیت‌های ذهن او می‌اندیشد.

البته چنین تلاشی گذشته از باورهای ناصواب درباره زندگی، برای زدودن رنج از زندگی انسان نتیجه‌ای به بار نمی‌آورد.

هفت)

فردمحوری

انسان موجودی اجتماعی است.

کثرت نیازهای جسمی و روحی انسان باعث می‌شود گرایش به اجتماع با فطرت او سازگارتر باشد.

ایجاد اجتماع، گذشته از زدودن نیازهای انسان، بستری برای رشد و تعالی او فراهم می‌آورد تا از این راه به رشد معنوی دست یابد.

دین اسلام بیشتر از هر آیینی به جامعه بیشتر توجه نموده و با این حال از توجه به فرد هم دور نمانده است.

اهمیت اجتماعی بودن تا جاییست که حتی در فردی‌ترین مقررات از قبل نماز و روزه، توجه به اجتماعی بودن، وجود دارد [۱۰] اما در یوگا فرد انسان محوریت دارد [۱۱] و همه تلاش‌ها در راستای نجات فرد هزینه می‌شود و به جنبه اجتماع که ابزاری کارساز برای زدون رنج انسانی است توجهی نمی‌شود.

هشت)

فقدان زیبایی شناسی

جمال و زیبایی از ویژگی‌های عالم هستی و نظام احسن است.

در این میان انسان از بهره جمال بیشتری نسبت به سایر موجودات برخوردار است.

چنان که خدای متعال وقتی انسان را آفرید و از روح خود در او دمید خود را با صفت زیبای «احسن الخالقین» [۱۲] ستود. بنا بر این دیدن زیبایی‌های آفرینش انسان، برخوردی منصفانه با پدیده‌های خلقت است.

از سوی دیگر یکی از ابعاد وجوی انسان، علاقه به جمال و زیبایی است؛ انسان در همه شئون زندگی، زیبایی را دخالت می‌دهد؛ لباس می‌پوشد برای جلوگیری از سرما و گرما؛ اما زیبایی لباس را هم در نظر دارد، برای سیر شدن غذا می‌خورد و در زیباسازی غذا و سفره دقت می‌کند خانه می‌سازد برای سکونت و استراحت اما به زیبایی آن هم توجه می‌کند [۱۳] برای تفریح، سعی می‌کند از زیبایی‌های مناظر، پرندگان، درختان، کوهستان، آبشارها و سایر زیبایی‌های هستی لذت ببرد و خلاصه آن که زیبایی را برای خود و اطراف خود و آنچه به او مربوط می‌شود دوست دارد و دنبال آن می‌رود اما یوگا که به رنج آمیز بودن زندگی انسان اعتقاد دارد زندگی را جز رنج و تیرگی نمی‌داند؛ یوگا بینشی حقیقی به هستی ندارد. رنج گرچه همواره در زندگی انسان هست اما تنها بخشی از زندگی اوست و نه همه. در خلقت انسان زیبایی‌های بی‌شماری وجود دارد که برای کشف آنها و رسیدن به آنها باید تلاش کرد نه آنکه تمام تلاش را برای رهایی از رنج صرف نمود. در جای جای قرآن کریم دو دسته از زیباییها مورد توجه قرار گرفته است:

یک دسته از زیبایی‌ها در وجود خود انسان است.

آنگاه که انسان به خود توجه می‌کند در اعضای خود حکمت آفریننده را به نظاره می‌نشیند و در روح خود، قدرت و دانش او را متجلی می‌بیند. این دسته از آیات «آیات انفسی» شمرده شده‌اند و دسته دیگر زیبایی‌های موجود در پیرامون انسان است؛ چه انسان آنگاه که به بیرون از خود می‌نگرد شگفتی‌های آفرینش در آسمان و زمین، اوصاف الهی را برای او متجلی ساخته و زیبایی‌های هستی را در منظر او به نمایش می‌گذارد. به این دسته از آیات «آیات آفاقی» گفته می‌شود.

نه)

فاصله یوگا با عرفان

اگر یوگا برای کالبد فیزیکی یا متافیزیکی انسان فوایدی در بر داشته باشد چه ارتباطی با عرفان دارد. در یوگا تکنیک‌هایی مطرح می‌شود و گفته می‌شود انسان از طریق آنها به آرامش عصبی یا ذهنی می‌رسد و بعضی از بیماری‌های او نظیر افسردگی، درمان می‌شود اما چنین چیزهایی عرفان نیست. عرفان مؤلفه‌های خاصی دارد؛ مانند تقرب به خدا، رهایی از دنیا و زمان و مکان، یافتن راهی به نام مکاشفه برای دریافت مستقیم حقیقت، توجه به باطن و درون جهان و انسان و استفاده از ریاضتی که بر اساس شریعت باشد و در نهایت یافتن آرامشی که با اعتماد به قدرت و علم بی‌پایان الهی حاصل شود. [۱۴] یوگا نه تنها با عرفان فاصله دارد بلکه

برخی پژوهشگران بر عدم تأثیر معنوی آن تأکید کرده و گفته‌اند:
نیل به معنویت از طریق یوگا تضمینی ندارد. [۱۵] از سوی دیگر ادعای دروغین معنویت داشتن یوگا این خطر را در پی خواهد داشت که برخی افرد سودجو مدعی شوند که به اهداف تمرینات معنوی یوگا دست یافته‌اند [۱۶]

****

[۱] چاترجی و داتا، همان، ص ۵۴۵؛ پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۶۳۱.

[۲] محمّد تقی فعالی، همان، ص ۱۲۰.

[۳] «چی» و «پرانا» به معنای انرژی است.

[۴] دیوید فونتانا، همان، ص ۱۲۴.

[۵] قصص: ۷۶.

[۶] حدید: ۳.

[۷] بنگرید به آیت الله سبحانی، الالهیات علی هدی الکتاب و السنهٔ، قم، المرکز العالمی للدراسات الاسلامیهٔ، ۱۴۱۲ ق، ج ۴، ص: ۱۵۸ و صدر الدین محمد الشیرازی، الحکمهٔ المتعالیهٔ فی الاسفار العقلیهٔ الاربعهٔ، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ۱۹۸۱، ج ۹، ص ۲۴۱ و خواجه نصیر الدین طوسی، آغاز و انجام، انتشارات فرهنگ و ارشاد اسلامی ۱۳۷۴؛ ص: ۸۸.

[۸]. داریوش شایگان، همان، ص ۶۲۹.

[۹] بلد: ۴.

[۱۰] بنگرید به مرتضی مطهری، مجموعه آثار استاد شهید مطهری، انتشارات صدرا، ج ۲، ص: ۲۴۲.

[۱۱] در آموزه‌های مکتب سانکهیه نیز گفته شد که جهان از روح‌های منفرد جدا از یکدیگر تشکیل شده است.

[۱۲] مؤمنون ۱۴.

[۱۳] مرتضی مطهری، همان، ج ۲، ص: ۲۷۸.

[۱۴] محمد تقی فعالی، همان، ص ۱۲۲.

[۱۵] ر. ک. : دیوید فونتانا، همان، ص ۱۲۳.

[۱۶] همان.

بخش آموزه‌ها

مبانی نظری یوگا

نسبت یوگا با سانکهیه

اشاره

مبانی فلسفی آیین یوگا همبستگی بسیار زیادی با سانکهیه دارد، به نوعی می‌توان گفت که یوگا یار و هَم‌پیمان نزدیک مکتب سانکهیه است بدان حد که این دو را مکتبی مشترک فرض نموده‌اند.
یوگا عرصه عملی و کاربردی تئوری‌های فلسفه سانکهیه به شمارمی آید و بخش عمده‌ای از نظریه معرفت شناختی مکتب سانکهیه

را قبول دارد و همانند آن سه منبع معتبر معرفت یعنی: ادراک، استنتاج و گواهی متون مقدس را می‌پذیرد علاوه بر آن یوگا بخش اعظم متافیزیک سانکهیه را مورد پذیرش خود قرار داده است یگانه فرق اساسی که بین این دو مکتب لحاظ شده، اینست که، مکتب یوگا خدا یا ایشوار را نفس متعالی می‌شمارد که در ورای ثنویت روح و ماده سانکهیه قرار داده است.
علی [ایُّ] حال این دو مکتب به منزله دو صفت مختلف آیینی یگانه و فلسفی هستند یکی متمایل به مباحث نظری جهان شناسی و دیگری طالب طریق عملی است، که به آداب و تفکر و مراقبه و ورزش ذهنی توجه خاصی دارد لذا رابطه بسیار نزدیکی با هم دارند.

[۱] تناسخ

تناسخ به این معنی است که نفس، نظر به علاقه و عشقی که بین جسم و روح وجود دارد، از بدنی، بدون فاصله زمانی، وارد بدن دیگر شود. از لحاظ تاریخی می‌توان این نظریه را متعلق به هندوها دانست چرا که قدیمی‌ترین منابع تفکر بشری یعنی اوپانیشادها و ریگ ودا اشاره به این امر دارند. درمکتب فلسفی یوگا نظریه‌ایست به نام کارما که ریشه در اعتقاد به تناسخ دارد. کار ما زنجیره اعمال انسانی است که در طی دوران زندگی به منصه ظهور می‌رسد. لذا کرمه، یا کردار، علت: دوباره زائیده شدن است، زیرا که کردار در یک زندگانی خود علت زندگانی دیگر است و تا زمانی که کوچک‌ترین اثری از کردار در زندگی یک فرد به جاست، آن فرد دستخوش سمساره است.
یعنی در دایره وجود، سرگردان می‌آید و می‌رود و باز می‌گردد. بدین گونه کارما اشاره به دنیا، امور دنیوی و اعمال انسان‌ها در آن دارند. قانون کارما با قانون علیت (علت و معلول) سنخیت دارد زیرا بنا بر آن کردار انسان هاست که می‌توانند علت زایش دوباره آنها و رهایی ایشان از چرخه شود. نظریه تناسخ در طول تاریخ تفکر هندوها در قالب مکاتب متعدد دستخوش از جمله یوگا تغییراتی گشته لیکن تمام آن مکاتب تناسخ را امری قهری و اجباری دانسته‌اند که بنا بر قانون کارما (یوگا) به علت آلوده شدن روح انسان و در اثر تماس با جسم مادی رخ می‌دهد. از این رو یوگا نیز به قانون کارما که به نوعی تناسخ است قبول دارد

[۲] رنج

از جمله مباحث و مبانی مکتب فلسفی یوگا و این که چه نیازی به یوگا داریم متوقف است بر مبحث رنج جهانی که در آیین هند معروف است، می‌گویند چون این دیر و روزگار فانی مملو از ناکامیست وتمام جسم جز رنج چیزی نیست، زیرا خودش موضع رنج است و حواس و ادراکات نیز رنج به بار می‌آورند، لذایذ هم آبستن ناکامی و مشق اند و همه چیز برای فرزانه حکیم رنج است، پس باید به هر ترتیب از منجلاب و گرفتاری رنجی که بشر را گرفته است خویشتن را خلاصی یابیم، راه آزادی و نیل به رهایی در اندیشه مکتب یوگا آزادی از این رنج و محنت بار به واسطه معرفت تفکیک بین روح و ماده به دست می‌آید، شخص یوگا می‌خواهد که این تمییز حق از باطل و ماده از روح تحقق بپذیرد و از قوه به فعل بگراید، در واقع مکتب یوگا یک راه عملی برای تحقق و شکوفایی نفس در اختیار همه مشتاقان دیندار کسانی که خالصانه در جستجوی معنویت پا می‌گذارند تا از همه رنج‌ها و پریشانی‌ها خلاصی پیدا کنند.

[۳] نفس

در اندیشه مکتب فلسفی یوگا نفس فردی روحی آزاد است که با بدن مادی ذهن و عقل همنشین است، ماهیت نفس شعور محض است و از همه محدودیت‌های بدن ونوسانات ذهنی دور می‌باشد.

ذهن نخستین محصول اولیه ماده این جهان است که بالذات غیر شعور مند است اما چون از هر چیز دیگر به نفس نزدیک‌تر و مانوس‌تر است از راه نیروی تَجَلِّی خود آگاهی نفس را بازتاب می‌کند به همین سبب خودش شعور مند می‌شود. لذا نزدیکترین همنشین نفس ذهن می‌باشد نفس بوسیله ذهن که به اشیا جهان متصل می‌باشد اشیا عالم را می‌شناسد زیرا ماناس که یک حس درونی است اشیا را ادراک حسی می‌کند و ادراکات مزبور را به ذهن انتقال می‌دهد، ذهن شکل مزبور را در خود متصور می‌سازد و دخل و تصرفاتی برای معلوم سازی آنها به عمل می‌آورد از آنجا که هیچ یک به اندازه ذهن با نفس نزدیک نیستند نفس از طریق ذهن به شناخت امور عالم نایل می‌گردد بنا بر این در خود نفس هیچ گونه دگرگونی و فعل و انفعالی صورت نمی‌گیرد و او خود را چیزی معلوم نمی‌دارد بلکه شعور نفس در فرایندهای دگرگون شونده ذهن‌ها بازتاب پیدا می‌کند

[۴] بدن‌ها، نادیها چاکراها

در مکتب فلسفی یوگا عقیده بر اینست که انسان دارای هفت بدن می‌باشد.

عبارتند از:

بدن مادی، بدن اثیری، بدن ستاره‌ای، بدن ذهنی، بدن روحانی، بدن کیهانی. بدین جهت غیر از بدن مادی که با حواس فیزیکی درک می‌شود، انسان دارای کالبدهای تو در توی دیگریست که واقعیت دارد، اما با حواس ظاهری قابل درک نیستند. هر کدام از آنها دارای انرژی، شکل و رنگ خاصیست و با بدن فیزیکی در ارتباط مستقیم است.

هر یک از بدن‌های فوق دارای ارتعاشات خاصیست که از آنها فرکانسی به دست می‌آید مثلا بدن اتری که به بدن فیزیکی نیز نزدیک است پایین‌ترین ارتعاش را از نظر فرکانس دارد و به هر میزان به بدن‌های بالاتری دسترسی پیدا کنیم فرکانس‌های انرژی آن بیشتر و بالاتر می‌شود. هر یک از بدن‌ها رقصی از انرژی هستند هر گاه انسان رو به رشد باشد، فرکانس‌های مربوط به بدن افزایش می‌یابد. آگاهی هر بدنی به میزان مجهز شده است البته ارتعاشات و امواج انرژی بدن‌های مختلف در یکدیگر نفوذ می‌کنند ولی کسی که قادر به دیدن آنها باشد تفاوت میان آنها را تشخیص می‌دهد. سیستم انرژی بدن غیر از بدن انرژی شامل دو بخش دیگر هم می‌شود یکی (نادی ها) و دیگری (چاکراها)، لذا سیستم انرژی بدن در اصل شامل سه بخش می‌شود:

بدن‌های لطیف یا بدن‌های انرژی نادی‌ها یا کانالهای انرژی چاکراها یا مراکز انرژی [۵] در بدن ما مراکز نامریی انرژی و مجاری متافیزیکی انرژی وجود دارند، که به آن «نادی» گفته می‌شود. نادیها ساختارهایی در بُعد ماورایی انسان می‌باشند که در حد وسط چاکراها و سیستم عصبی قرار گرفته‌اند.

بدین معنی که انرژی‌های ماورایی ورودی به چاکراها، توسط نادیها به گونه‌ای تغییر و تبدیل می‌یابد، تا بتواند به سیستم عصبی منتقل شود. به اعتقاد برخی از متافیزیسیتها در بدن انسان هفتاد و دو هزار نادی وجود دارد که چهارده تای آنها اصلی هستند.

مهم‌ترین نادیهای بدن انسان، سه نادی «آیدا»، «پینگالا» و «سوشومنا» هستند.

این سه نادی از انتهای ستون فقرات تا ساقه مغز امتداد دارند. سوشومنا در مرکز ستون فقرات مستقیماً به طرف بالا امتداد دارد. این نادی بر کانال مرکزی نخاع منطبق است.

آیدا و پینگالا در اطراف نخاع در جهت‌های مخالف با هم تقاطع دارند و به همین حالت در هم تنیده شده، تا بالاترین قسمت ستون

فقرات ادامه می‌یابند. این نادیها معاد ل‌های روحی سیستم‌های عصبی سمپاتیک و پاراسمپاتیک می‌باشند. این اعصاب فعالیت‌های غیرارادی کالبد فیزیکی مانند ضربان قلب، هضم غذا، ترشح غدد و حرکات دودی را کنترل می‌کند.

به طور کلی سیستم پاراسمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر بازدارنده دارد. در حالی که سیستم سمپاتیک بر این فعالیت‌ها اثر تحریکی داشته، سرعت آنها را بالا می‌برد. برای مثال در هنگام استرس با فعال شدن سمپاتیک ضربان قلب، سرعت تنفس، گردش خون و فعالیت سیستم عصبی افزایش می‌یابد. اما در همین حال فعالیت دستگاه گوارش از جمله حرکات معده و روده و ترشح بزاق کاهش پیدا می‌کند.

نادی آیدا در ارتباط با سیستم عصبی پاراسمپاتیک عمل می‌کند و عملکرد نادی پینگالا در ارتباط با سیستم عصبی سمپاتیک است. این سه نادی مهم از طریق سوراخهای بینی با تنفس (دم و بازدم) در ارتباط هستند.

هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت چپ بینی انجام می‌گیرد، نادی آیدا فعال است، در این حالت انسان برای کارهای فکری و ذهنی آمادگی دارد. هنگامی که تنفس از طریق سوراخ سمت راست بینی انجام می‌گیرد نادی پینگالاـ فعال است، در این حالت انسان سرشار از نیروی فیزیکیست و برای فعالیت جسمانی آمادگی دارد. پس پینگالا با جنبه‌ی فیزیکی و آیدا با جنبه‌ی ذهنی وجود انسان در ارتباط است.

آیدا اثر خنک کننده و پینگالا اثر گرم کننده دارد. آیدا و پینگالا قادرند مستقیما حیات را دریافت و به مراکز انرژی بدن منتقل کنند.

نادی‌ها را باید پاکسازی کرد یوگا برای پالایش و پاکسازی کانالهای انرژی موثرند آنها در این زمینه شبیه طب سوزنی عمل می‌کنند تمرینهای تنفسی یوگا کانالها را پاک و انرژی بدن را متعادل می‌سازد. که به آن پرانا می‌گویند. [۶]

پرانایاما

تعریف

پرانا ماحصل انرژی‌های نهفته‌ایست که در جهان و انسان وجود دارد، تنفس تَجَلّی ظاهری آن، قرار گاه آن قلب آدمیست اغلب موارد همراه هوا وارد بدن شدهکه باعث می‌شود به بدن سرزندگی و قدرت اندیشیدن بدهد. پیرو یوگا یعنی کسی که آگاه بر دانش این راز است از هیچ نیرویی بیم ندارد زیرا او بر کلیه تجلیات نیروهای عالم تسلط یافته است [... ۷] پرانا یوگایک راهکار مراقبه ای موثر می‌باشد که از طریق آن ذهن همیشه فعال و آرام می‌گردد [۸]. پرانا نمایانگر تمام فرمهای انرژیست و در امواج مختلف متجلی می‌شود. یکی از فرمهای انرژی هواست و تنفس یکی از راههاییست که از راه آن پرانا دریافت می‌کنیم. سطح آگاهی هر موجودی بستگی به امواج پراناست که برای انسان قابل جذب می‌باشد و آیدا و پینگالا مستقیما پرانا را از هوا از طریق تنفس می‌گیرند و مواد سمی را به همراه بازدم به بیرون تخلیه می‌کنند.

چاکرا

چاکراها مراکز ظریف پر از انرژی هستند که پرانای کیهانی را دریافت کرده، مانند یک مبدل ولتاژ، آن را کاهش یا افزایش می‌دهند و در اختیار ارگان‌ها و قسمت‌های مختلف بدن قرار می‌دهند. این مراکز روانی همانطور که پرانا را برای عملکردها و قسمت‌های مشخص بدن مورد استفاده قرار می‌دهند، به همان نسبت می‌توانند به عنوان ماشهای برای بیدار کردن توانایی‌های برتر و آگاهی‌های عمیق‌تر به کار روند در بدن آدمی، چاکراهای انبوهی هست ولی اصلی‌ترین آنها هفت چاکرا می‌باشد.

هر چاکرایی ارتباطی مستقیم با یک سری از ارگان‌های بدن دارد. تاثیرات این چاکرها در عملکرد این ارگان‌ها و همچنین تاثیر بخش، در عملکرد روحی و روانی ما است.

****

منابع:

داریوش شایگان، ادیان و مکتبهای فلسفی هند.

ساتیا سای بابا، تعلیمات ساتیا سای بابا، ترجمه: رؤیا مصاحبی محمدی

سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی،

یوگا و انرژی درمانی، ترجمه: جلال موسوی نسب،

اشو، تعلیمات تعلیمات تانترا (کندالینی / یوگا)، ج ۱ و ۲، ترجمه: فرشته جنیدی.

سوامی شیوانادا، دم گستری در یوگا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم،

عباس روح بخش، نخستین گام در یوگا و چگونه مراقبه کنیم و

محمد تقی فعالی، آفتاب و سایه‌ها،

لیال واتسن، روان درمانی مشرق زمین و مغرب زمین.

محمد تقی فعالی، آفتاب و سایه‌ها

****

[۱]. داریوش شایگان، همان، ص ۶۴۷ و ۶۳۰

[۲]. پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۵۹ و سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، یوگا و انرژی درمانی، ترجمه: جلال موسوی نسب، ص ۲۹

ر. ک:

لیال واتسن، روان درمانی مشرق زمین و مغرب زمین.

[۳]. داریوش شایگان، همان، ص ۶۵۰ و ۶۶۱ و ۲۳ / ۱۵۳ و ۱۶۰

[۴]. چاترجی و داتا، همان، ص ۵۵۰

[۵]. ر. ک:

نیجالا جویی دوی، یوگا برای شفا بخشی، مترجم شهره عبدالهی.

[۶]. محمد تقی فعالی، آفتاب و سایه‌ها، ص ۹۰، سوامی نیرانجاناندا سارا سواتی، همان، ۷۵ و ۸۰

[۷]. ر. ک:

شیواندا، سوامی، دم گستری در یوگا، ترجمه فرهاد خالصی مقدم، ص ۲۳ تا ۱۳۳

[۸]. پاندیت شامبهوناد، همان، ص ۱۰۳

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحیم

جاهِدُوا بِأَمْوالِکُمْ وَ أَنْفُسِکُمْ فی سَبیلِ اللَّهِ ذلِکُمْ خَیْرٌ لَکُمْ إِنْ کُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱)

با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السّلام): خدا رحم نماید

بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند

بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹

بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهلبیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند.

مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

اهداف :دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السّلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزار های علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید.

از جمله فعالیتهای گسترده مرکز :

الف)چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی

ب)تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن سهمراه

ج)تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما ، انیمیشن ، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و...

د)ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزار های تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر

ه)تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای

و)راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴)

ز)طراحی سیستم های حسابداری ، رسانه ساز ، موبایل ساز ، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک ، SMS و...

ح)همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ...

ط)برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان شرکت کننده در جلسه

ی)برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضوری و مجازی) در طول سال

دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان

تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت : ۲۳۷۳ شناسه ملی : ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶

وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی:

www.eslamshop.com

تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳- (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگـانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵(۰۳۱۱)

نکته قابـل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی ، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عـده ای خیر انـدیش اداره و تامین گردیـده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضـر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صـاحب اصلی ایـن خـانه (قـائمیه) امیـد داشـته و امیـدواریم حضـرت بقیه الله الا عظم عجل الله تعـالی فرجه الشـریف تـوفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایندانشاالله.

شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳ ، شـماره کارت :۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳و شـماره حساب شبا : -۰۶۲۱-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۱۸۰-IR۹۰ ۵۳-۰۶۰۹به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان – خیابان مسجد سید

ارزش کار فکری و عقیدتی

الاحتجاج – به سـندش، از امام حسـین علیه السـلام -: هر کس عهـده دار یتیمی از ما شود که محنتِ غیبت ما، او را از ما جـدا کرده است و از علوم مـا که به دسـتش رسـیده، به او سـهمی دهـد تا ارشاد و هـدایتش کنـد، خداونـد به او می‌فرمایـد: «ای بنـده بزرگوار شریـک کننـده برادرش! من در کَرَم کردن، از تو سـزاوارترم. فرشـتگان من! برای او در بهشت، به عـدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید».

التفسیر المنسوب إلی الإمام العسـکری علیه السـلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست‌تر می‌داری: مردی اراده کشـتن بینـوایی ضـعیف را دارد و تـو او را از دسـتش می‌رَهـانی، یـا مردی نـاصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضـعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه‌ای [از علم] را بر او می‌گشایی که آن بینوا، خود را بِدان، نگاه می‌دارد و با حجّت‌های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می‌سازد و او را می‌شکند؟».

[سـپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی‌گمان، خدای متعال می‌فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد».

مسـند زیـد: امام حسـین علیه السـلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخوانـد و او اجابت کنـد، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».


مرکز تحقیقات رایانه‌ای
قائمیه
اصفهان
WWW
برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشـــانی
www.Ghaemiyeh.com
www.Ghaemiyeh.net
www.Ghaemiyeh.org
www.Ghaemiyeh.ir
مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.
۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹